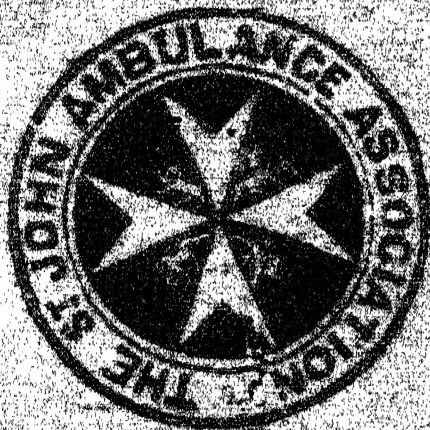


A

Guide to Home Nursing



D. N. MARKER

&

D. F. PANTHAKI

ગૂજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

[ગુજરાતી કૉપીરાઈટ વિભાગ]

અનુક્રમાંક ૧૭૬૯

વર્ગીક

પુસ્તકનું નામ દરહીજું કુ:ખનિવાર(ગ)

વિષય જા:૮૪૬:૬::૧૬૨૫

*Adopted as a "Text Book" in Gujarati
by the Bombay Presidency Centre of the
St. John Ambulance Association.*

A

Guide to Home Nursing

BY

DARASHAH NUSSERWANJI MARKER,

AND

DOSABHAI, FRAMJI PANTHAKI,

AUTHORS OF

"A Glance on Human Anatomy

AND

Guide to Treat Cases of Accidents"

AND

*Hon. Brigade & Class Secretaries,
St. John Ambulance Association.*

BOMBAY.

1906.

(All rights reserved.)

This Manual is largely based on Drs. Brown and Carvell's "Catechism on Home Nursing", and has been published with the permission of His Lordship the Marquess of Breadalbane, and Central Executive Committee, St. John's Gate, to whom the Authors desire to express their best acknowledgments.

સેંટ જૉન ઍમબ્યુલન્સ ઍસોશીએશનની મુખ્ય ખાતે-
ની શાખાએ “ટેક્ટ યુક” તરીકે મંજૂર કરેલી

દરદીનું દુઃખ નીવારણ.

જેમાં

દરદીની માવજત કરતી વેળા ધ્યાનમાં રાખવાન્વેળ
સુચનાઓનો સવાલ જવાબના આકારમાં
સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે.

લખનાર

દારાશાહ નસરવાનજી મારકર,

તથા

ડોસાલાઈ ફરામજી પંથકી,

તે

“શારીરીક તપાસ” તથા “અકસ્માતીક લોખ્યો”ના કર્તા,
તથા

આંતરરી ખીગેડ તથા કલાસ સેક્રેટરીઓ,
સેંટ જૉન ઍમબ્યુલન્સ ઍસોશીએશન.

મુખ્ય.

૧૯૦૬.

(સર્વે હક સ્વાધીન રાખ્યા છે.)

ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય
અમદાવાદ
ગુજરાતી કૉપીરાઈટ-સંગ્રહ
૧૭૬૮

ચેરાગ પ્રીન્ટીંગ પ્રેસ,
મનોરહાસ સ્ટ્રીટ, કોટ,
સુબધ.



MR. GEORGE LUND, J.P.

To

George Lund Esq., J.P.,

*Hon. Secretary, St. John Ambulance
Association, Bombay Presidency Centre,*

IN ADMIRATION

OF

**His having taken an initiative in popular-
izing the Ambulance Work in the
Bombay Presidency**

AND

IN APPRECIATION

OF

**His well-known generosity, unceasing
courtesy and parental sympathy
for the poor and the
afflicted,**

THIS LITTLE WORK

is most humbly and respectfully dedicated.

BY THE AUTHORS.

અર્પણ પત્રિકા.

અમારા માનવંત અને મહેરબાન મીત્ર,
જ્યોર્જ લુડ એસકવાયર, જે.પી.,

તે સેન્ટ જોન ઍમ્બ્યુલંસ ઍસોશીએશનની
મુળધ ખાતેની શાખાના સેક્રેટરી,
તેઓને

મુળધની જાહેર પ્રજામાં “અકસ્માત વેળા તાત્કાલીક ઉપાય
દરવાને લગતું જ્ઞાન” ફેલાવવામાં એ વીરલા નરે જે
સર્વથી પેહેલી શરૂઆત કીધી તેની પ્રસંસા
માટે તથા તેમના અમીરી ખવાસ અને ગરીબ
ગોરબા તરફ એક પીતા સમાનની તેમની
દીલસોજી માટે તેમજ અમો પ્રત્યેના
તેમના ચાહતી એક નમ્ર યાદમાં

આ નાનકડું પુસ્તક

મોટાં માન અને મોહજત સાથે
અમો

અર્પણ કર્યે છીએ.

દારાશાહ નસરવાનજી મારકર.

ડાસાલાહ ફરામજી પંથકી.

OPINIONS AND REVIEWS.

Sir Bhalchandra Krishna, Kt., L.M., J. P., writes :—

I have much pleasure in accepting the two books, viz :—“ A Guide to Home Nursing ” and “ A Glance on Human Anatomy and Guide to Treat Cases of Accidents ”...I hope they will be of great use.....As the books are written in Gujarati, I am sure they will be of great service to the Gujarati knowing public, both males and females. (Bombay, 8th October 1906).

Dr. N. N. Katrak, L.M. & S. J.P., writes :—
A Guide to Home Nursing :—I have read this book with considerable interest and am very much impressed with the ability and care bestowed on its preparation. The arrangement is excellent and the language easy and clear. It is surprising to find so much matter compressed in such a small volume. The book ought to be in the hands of every pupil in a girl's School and would be available also

to boys as well. I congratulate the authors upon having produced such an excellent little book.

A Glance on Human Anatomy and Guide to treat cases of Accidents :—The book appears to be a further development of the **First Aid to the Injured**. The Anatomical portion though small is very useful and necessary. But the portion dealing with the treatment of accidents is all that could be desired. The chapters are short but sufficient for the purpose of giving an idea as to the treatment to be adopted. This book as well as "**A Guide to Home Nursing**" do credit to the authors Messrs Marker and Panthaki. (Bombay, 24th October 1906).

Dr. Dinanath B. Naik Dandekar, L.M. & S., J.P., writes ;—I beg to acknowledge receipt of your two Gujarati Manuals *viz.*, :—(1) "**A Glance on Human Anatomy and Guide to treat Cases of Accidents,**" (2) "**A Guide to Home Nursing**" with manifold thanks and inform you that I have fully gone through the pocket manuals and it gives me very great pleasure to state that the simplicity of

the Gujarati language in editing these manuals has been the principal factor in increasing the utility of the books by all classes. Both the manuals have been a very handy source of reference in administering skilful help in cases of accidents and the "Guide to Home Nursing" has been specially conducive in completing the guidance of careful after-treatment of such accidents or sudden illnesses. On the whole, I can honestly say that the services that you have rendered by giving the use of these manuals to the public are really most commendable and more so when your efforts have been in the direction of helping the cause of human sufferings. I am of opinion that no house should be without these manuals. (Bombay, 13th November 1906).

Dr. Kavasji Edulji Dadachanji, L.M. & S., J. P., writes:—I have gone through your booklets on "A Guide to Home Nursing" and "A Glance on Human Anatomy and Guide to treat Cases of Accidents" in Gujarati. To me they appear to be useful to those who want to study the subjects. They are in the form of questions and answers and nicely arranged. (Bombay, 23rd October 1906).

Dr. Ardeshir D. Jilla, L.M. & S., writes :— I acknowledge with thanks the two handbooks "A Guide to Home Nursing" and "A Glance of Human Anatomy and Guide to treat Cases of Accidents," of which you have the honor to be the joint authors.

According to my opinion, I find the former to be a very useful thing...to be in the hands of young women, all of whom may be, at any period of their life, called upon to do the part of a nurse.

The latter bids well to make one an "Emergency Doctor"—(Bombay, 24th October 1906).

Rao Bahadur Narayan T. Vaidya, J.P., writes :—I am very much obliged to you for sending me your books on "Treatment of Cases of Accidents" "With a Glance on Human Anatomy" and on "Home Nursing." I perused the books with great attention and was pleased to find that with their simple style and language, they will be useful not only to those who join the St. John's Ambulance Association, but even to other intelligent readers. To ladies especially the books will

be very valuable. You have done real service to all Gujarati speaking public, and I am sure, your books will be well appreciated by them. I wish you success in your endeavour to impart useful knowledge in an Indian language.

Your dedications are also very appropriate. Mr. Lund, as Honorary Secretary of the Association, has done so much for popularizing very useful Institution. Dr. D. B. Naik Dandaekar has also spared neither pains nor money in the work of the Association. (Bombay, 26th October 1906).

Mr. N. G. Welinkar, M.A. L.L.B., J.P., Hon. Secretary, the Dadabhoy Nawroji Poor Boy's Seminary, writes:—I beg to acknowledge, with best thanks, the receipt of your "Guide to Home Nursing and a Glance on Human Anatomy" etc. Both of them are very useful books and are written in a clear, simple and interesting style. (Bombay, 23rd October 1906.)

Mr. Framji Bomonji Master, B.A., Head Master, Fort and Proprietary High School,

writes :—Your two books “ A Guide to Home Nursing” and “ A Glance on Human Anatomy and Guide to treat Cases of Accidents,” contain much useful information, and will be a great help in imparting a knowledge of the methods to be used in treating sick persons, affording relief and giving first aid to the injured, who are very often left to themselves when medical aid is not at hand. The books being written in Gujarati will prove useful to a large number of readers who are prevented from having access to similar books in English owing to their ignorance of that language. (Bombay, 13th November 1906.)

[“ મુખ્ય સમાચાર” — તા. ૧૪મી નવેમ્બર ૧૯૦૬]

શારીરીક તપાસ તથા અકસ્માતીક લોખ્યો.

“શારીરીક તપાસ તથા અકસ્માતીક લોખ્યો” નામની ચોપડી મેસર્સ દારાશાહ નશરવાનજી માસ્કર તથા ડોસાભાઈ દુરામજી પંચકી તરફથી પ્રગટ કરવામાં આવી છે. તેમાં શરીરને લગતા બાગો, તે માહેલી ધોરીનસો, નસો, માંસના લોંચા, જ્ઞાન-તાંતુઓ હાડકાં વગેરેનું ટુંક વર્ણન આપ્યા ઉપરાંત અકસ્માત વેળાએ તાબડતોળ એલાજ કેમ કરવા તેની સમજણ સવાલ જવાબના આકારમાં આપવામાં આવી છે. સાંધા હતરી જવો કે

લચેક આવવી, ગળાંમાં હાડકું કે માંસનો ટુકડો અથવા એવીજ
 કાંઈ ચીજ ખુંચી ખેસવી, ચામડી છાલાઈ જવી કે સેહેજ જખમ
 પડવો અથવા દાઝી જવી એવી સાદી ઇજા વેળાએ કેવી રીતે
 કામ લેવું તેની સમજણ આપ્યા ઉપરાંત ડુબેલાં માણસને
 પાણીમાંથી બાહર કાઢડયા પછી શું કરવું તથા કોઈએ ગળામાં
 ફાંસો ખાઈ આપઘાત કરવાની કોરોશ કીધી હોય અથવા
 એક જણે જુલમાં કે જાણી જોઈ ઝેર ખાધું હોય તેવા ગંભીર
 મામલા વેળાએ તબીબની મદદ આવી પોહોંચે તે આગમચ
 કેવી રીતના એલાજ લેવા તે સાદી તથા સેહેલ બાધામાં દર-
 શાવવામાં આન્યું છે. અકસ્માત વેળાએ તાત્કાળીક મદદ
 પોહોંચાડવા માટે ઉભી થયલી સેન્ટર્જન ઍમ્બ્યુલેન્સ ઍસોશીએ-
 રાન નામની મંડળીની મુખ્ય ઇલાકાની શાખાએ ગુજરાતી
 બાધામાં શીક્ષણ આપવા માટેના વર્ગમાં ઉપયોગ કરવા માટેની
 “ટ્રેક્ટર બુક” તરીકે બહાલ રાખી આ ચોપડીની કદર બુજી છે.
 અલબત્તે આ ચોપડી દરદીનો એલાજ કરવા માટે તબીબી
 મદદની જરૂર નહીં પડે એવી મતલબથી કાંઈ બાહર પાડવામાં
 આવી નથી પણ ખુદ એ ચોપડીની સેવટે જણાવવામાં આન્યું
 છે તેમ તબીબી મદદ આવી પોહોંચે તે આગમચ એક દરદીને
 આરામ આપવા માટે તાત્કાળીક ઉપાયો શું લેવા તેનું જ્ઞાન
 આપવાની નેમ રાખવામાં આવી છે. તે છતાં ચોક્કસ સાદી
 ઇજાના સંબંધમાં આપવામાં આવેલા એલાજ એવા છે કે જે

તુરત લેવામાં આવે તો દરદીને થોડા વારમાં આરામ થઇ જાય તથા તખીખી મદદ મેળવવાની કાંઈ પણ જરૂર રહે નહીં. ઘણી વેળા એવા સાદા એલાને તાબડતોબ લઇ નહીં શકવાનો સખખ ફક્ત દરદના એલાનથી આસપાસનાઓ વાકેફ નહીં હોવાનો હોય છે જે અજ્ઞાનપણું દુર કરવા માટે ઉપલી ચોપડી કીમતી થઇ પડશે. દાખલા તરીકે એક ઉમરે પુગેલું માણસ કે છોકરું સખત રીતે દાઢી અથવા બળી જતાં તેના દાઢી અથવા બળી ગયલા ભાગની સારવાર કેમ કરવી તે સુઝ નહીં પડ્યાથી તાત્કાલીક ઉપાય લેવાને બદલે ઘણીક વેળા ખાડખડોશી કે તખીખની મદદ મેળવવા માટે દોડાદોડી કરી મુકવામાં આવે છે. એવી વેળાએ ઉપલી ચોપડીમાં આપવામાં આવેલા નીચલા એલાનની વાકેફી ધરાવનારાંઓ શાંત મગજ રાખી દરદીને તુરત આરામ આપી શકશે :—“ પ્રથમ દાઢી ગયલા ભાગપરથી કપડાં કાપીને ઉતારવાં. પણ જે કપડું દાઢી ગયલા ભાગને વળગ્યું હોય તો તેને મીઠાં તેલથી અથવા સાલીડ તેલથી ભીંજવી હલવે હળવે કાઢડવું. ત્યાર બાદ બળી ગયલા ભાગપર થોડુંક ઘાનું કપડું લઇ તેપર સોજી મીઠું સાલીડ અથવા અલસીનું તેલ નાખીને તે બળેલા ભાગપર મુકવું. પછી હવા તેપર દાખેલ નહીં થાય તેવી રીતે તે ઉપર સોજે ૩ મુકીને એક પાટાએ તે ભાગ બાંધી લેવો. જે ફેફડયા ઉઠે તો તે કાપવા અથવા ફેડવા નહીં તથા બળી ગયલા ભાગપર ગરમી ફેખાડવી નહીં.”

દરદીનું દુઃખ નીવારણ.

“દરદીનું દુઃખ નીવારણ” નામની ચોપડી ઉપલાજી અંધ-કારો તરફથી બાહર પાડવામાં આવી છે તથા તે પણ સેન્ટ જોન ઍમ્પ્યુલંસ ઍસોસીએશનની મુખ્ય ખાતેની શાખાએ “ટેકરત બુક” તરીકે સ્વીકારી છે. ઉપલી ચોપડીમાં દરદીનો ચોરડો સાફસુફ કેવી રીતે રાખવો, ઉડતા રોગથી ખીડાતા દરદીની સારવાર કરતી વેળાએ સાજા માણસને ચેપ નહીં ઉડે તે માટે કેવી સંભાળથી કામ લેવું, દરદીનું બીછાનું સ્વચ્છ હાલતમાં કેવી રીતે રાખવું, દરદીને કંઈ જાતનો તથા કેવી રીતે ખોરાક આપવો, જરૂર વેળાએ દરદીને સેકપોટ કેવી રીતે કરવા તે વગેરેની એક સાધારણ માણસ સમજી શકે તેવી સરળ ભાષામાં લખાણથી સમજણ આપવામાં આવી છે.

[“અખબાર સોદાગર”—તા. ૪ થી નવેમ્બર ૧૯૦૬.]

શારીરીક તપાસ તથા અકસ્માતીક લોભ્યો અને

દરદીનું દુઃખ નીવારણ.

સેન્ટ જોન ઍમ્પ્યુલંસ ઍસોસીએશનની મુખ્ય ખાતેની શાખાના બ્રીગેડ અને કલાસ સેક્રેટરીઓ મેસર્સ. દારાશાહ નસરવાનજી મારકર અને ડોસાભાઈ ફરામજી પંચકી આ પર-મારથી મંડલના ખરેખરા હિતસાહી ઉપયોગી સલાહદો છે.

એ બંને સમાસદોએ “શારીરીક તપાસ તથા અકસ્માતીક ભાષ્યો” અને “દરદીનું દુઃખ નીવારણ” એવાં નામની બે નાની ચોપડીઓ લખી છે. આ બંને ચોપડીઓ અસોસીએ-શનની શાખાએ “ટેક્સ્ટ બુક” તરીકે મંજૂર કીધી છે. પહેલી ચોપડીમાં શરીરને લગતા ભાગો તે માંહેલી ધોરી નસો, નસો, માંસના લોચા, જ્ઞાનતંતુઓ, હાડકાં વીગેરેનાં ટુંક વરણન સાથે અકસ્માત વેલાએ તાબડતોબ ઇલાજ કેમ કરવા તેની સમજણ સવાલ જવાબના આકારમાં આપવામાં આવી છે. જ્યારે બીજીમાં દરદીની માવજત કરતી વેળા ધ્યાનમાં રાખવા જોગ સુચનાઓનો સવાલ જવાબના આકારમાં સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે. અમે આ બંને નાના પણ ઉપયોગી અને ગુજરાતી ભાષામાં જેની ખરેખરે ખુટ છે તેવાં પુસ્તકો પ્રગટ કરવા માટે મેશર્સ મારકર અને પંથકીને મુખારકબાદી આપીએ છીએ. ઘણીજ સાદી ઇબારતમાં આ ચોપડીઓ લખવામાં આવી છે અને સવાલ જવાબની ગોઠવણ પસંદ કરવા જોગ છે. સાધારણ કે ગંભીર અકસ્માત થાય છે કે આપણા દેશીઓ તાત્કાલીક મદદ આપવાનાં જ્ઞાનની ગેરહાજરીમાં ગભરાઈ અકરાઈ જશે અને તબીબી મદદ આવી પુગે ત્યાં સુધી તે બીચારાને રાહત આપવાને કાંઈબી કરી શકશે નહીં. આ જાતનાં અજ્ઞાનપણાથી ઘણા અકસ્માતો પ્રાણઘાતક નીવડે છે, કે જેમાં જો થોડી અકલ અને સમય સુચકતા વાપરવામાં આવે તો ઘણા અકસ્માતના કેસો ગંભીર રૂપ લે છે અથવા પ્રાણઘાતક

નીવડે છે તેનો ઘણે દરજે અટકાવ થઈ શકે. એવાં જ્ઞાનનો ફેલાવો કરવાની વખાણવા લાયક કોશેશ સેન્ટ જોન ઍમ્બ્યુ-લંસ ઍસોશીએશનની મુખ્યમંત્રી શાખા અને તેના હમંગી અને મહેનતુ સેક્રેટરી મી. જ્યોર્જ લુંડ કરે છે. જેઓ એ વરગનો લાભ લેતા હોય અને જેઓ અંગ્રેજી ભાષાથી બેનશીબ હોય તેઓને આ ગુજરાતી ચોપડીઓ ધણી કામની થઈ પડશે તે વીશે તો કાંઈ શક છેજ નહીં પણ જેઓ એ વરગનો લાભ લેઈ નહી શકતા હોય તેઓને અને દરેક કુટુંબને આ ચોપડી ઓ વાંચવાની અને તેની એક નકલ ધરમાં રાખવાની અમે ભલામણ કરશુ. કપડાં સલગી ઉઠે, કુતરં ચા સાપ કરડે, વીજલીનો આચકો લાગે, કોઈ બેશુધ થઈ, જખમ થાય, ઝેરી હવાથી ગુંગલાઈ જવાનો બનાવ બને, પાણીમાં ડુબી જવાનો વીગેરે અકસ્માતો બને ત્યારે તુરત તુરત શું ઉપાય લેવા તે “ભોમયા”માં અને નરસીંગને લગતી ધણી ઉપયોગી સલાહો બીજી ચોપડીમાં આપવામાં આવી છે. અમે આવાં પુસ્તકોને ગુજરાતી સાહિત્ય માટે ધણા આવકારદાયક લેખયે છીએ.

[“ રાસ્ત જોડતાર ”—તા. ૧૮ મી નવેમ્બર ૧૯૦૬.]

“ હર્ષોત્તું દુઃખ નીવારણ ”—“ શારીરીક તપાસ તથા અકસ્માતીક લોખ્યો.”

મેસર્સ દારાબશાહ નસરવાનજી મારકર અને ડાસાભાઈ દરામજી પંથકી નામના જવાન્યાઓ, જેઓ “ સેન્ટ જોન

ઝંમપ્યુલંસ ઝંસોસીઝેશન "ના ધ્રીગેડ તથા કલાસ સેક્ટે-
 રીઝો છે, તેઝોઝે હપલાં નામવાલાં બે નાનકડાં પુસ્તકો
 પ્રગટ કરીને, ગુજરાતી સાહિત્યમાં એક જરૂરી હમેરો કીધો
 છે. આમાંની પહેલી લઘુ પોથીમાં હર્દીની માવજત કરતી વેળા
 ધ્યાનમાં રાખવા જોગ સુચનાઓનો સવાલ જવાબના આકાર-
 માં સમાસ કર્યો છે, અને તે દરેક નીશાળમાં જેમ છાકરા
 તેમજ છાકરીઓને શીખવવા યા તેઓને ખાનગી રીતે
 શીખવા અને ગોખવા જોગ છે. એજ રીતે ખીજી પોથીમાં
 શરીરને લગતા ભાગો (જેમકે ઘોરી અને ખીજી નસો માંસના
 લોંચા, જ્ઞાનતંતુ, હાડકાં વગેરે)નું ટુંક વર્ણન આપીને
 તેમના સંબંધમાં જનેલા અકસ્માત વેળા તાબડતોડ શા શા
 ઉપાયો લેવા તે સરસ આકારમાં સહેલ અને સરળ ભાષામાં
 આપી છે. આવી પોથીઓ જેમ નાની હોય અને જેમ મુખ-
 તેસરમાં સઘળી સમજણુ આપનારી હોય તેમ તે લોકપ્રીય થઈ
 પડે છે, અને હપલી બંને નાની કીતાબો તેવીજ છે, માટે તેઓ
 એક કીમતી મદદગાર થઈ પડશે એવી આશા રાખી શકાય છે.



સાંકળ્યું.

પાનું.

૧.	દરદીનો ઓરડો (Sick Room) ...	૧
૨.	દરદીનું ખીછાણું (Sick Bed) ...	૨
૩.	હડતા રોગથી પીડાતા દરદીની સારવાર (How to nurse patients suffering from infectious diseases) ...	૬
૪.	હવાની આવજ (Ventilation) ...	૮
૫.	જુદી જુદી જાતની તાવો (Different kinds of fevers)...	૧૧
૬.	“ ટાઇફસ ફીવર ” ((Typhus fever) ...	૧૮
૭.	“ ટાઇફોઇડ ફીવર ” (Typhoid fever) ...	૧૯
૮.	“ સ્કારલેટ ફીવર ” (Scarlet fever) ...	૨૧
૯.	ગોવરૂં તથા શીતળા (Measles and Small-pox)	૨૩
૧૦.	ગળું આવવાનો રોગ (Diphtheria) ...	૨૫
૧૧.	જંતુ નાશકારક દવાઓ (Disinfectants) ...	૨૬
૧૨.	સારવાર કરનારની ફરજો (Duties of a nurse)	૩૧
૧૩.	“ ડ્રોશીટ ” (Draw Sheet) ...	૩૭
૧૪.	દરદીને ખીછાણમાંથી ઉંચકવાની રીત (How to lift helpless patients) ...	૩૬
૧૫.	“ બેડ રેસ્ટ ” તથા પીંજરાં (Bed rest, &c.,)	૪૧

૧૬.	જીદી જીદી જાતના ખોરાકો (Foods)	...	૪૨
૧૭.	દારૂ તથા કેફી પીણાંની અસર (Signs of drunkenness)...	૪૭
૧૮.	ઠાઠનું લખલખું (Rigors)	૪૮
૧૯.	દરદી માટે ઉંઘની જરૂર (Sleeping necessity)	...	૪૯
૨૦.	દરદીને થતી વેદના (Pain, &c.,)	૫૧
૨૧.	ભુખ તથા તરસ (Hunger and Thirst)	૫૩
૨૨.	ઉલટીની તપાસ (Vomiting)	૫૪
૨૩.	ઠાંસો તથા તેની જાત (Expectoration, coughs &c.,)	૫૬
૨૪.	નાડ તથા તે તપાસવાની રીત (Pulsation)	૫૮
૨૫.	શરીરની તથા પાણીની ગરમી (Temperature, Thermometer &c.,)	૬૦
૨૬.	ચાંદાં (Bed Sores)	૬૪
૨૭.	જીદી જીદી જાતના સેકો (Fomentation)	૬૭
૨૮.	“ બ્લીસ્ટર ” (Blisters)	૭૨
૨૯.	જળો વીશે સુચના (Applications of leeches)	૭૩
૩૦.	રહેવાનાં ઘેરની પસંદગી તથા પરચુટણ સુચના (Selection of a house and general remarks)	૭૫

પ્રસ્તાવના.



આ નાનકડું પુસ્તક લખવાનો હેતુ દરદીની સારવાર કરવા તે કરનારાઓને મદદગાર થઈ પડે તેમજ સેંટ જાન ઍમખ્યુલેસ ઍસોશીએશનને લગતી “હોમ નરસીંગ”ની પરીક્ષામાં ઍસનાર ઉમેદવારો માટે તે ઉપયોગી થઈ પડે એવો રાખવામાં આવ્યો છે. સારી સારવારથી દરદીને ઘણો ફાયદો થાય છે, એટલુંજ નહીં પણ સારવાર કરનારની મમતાળુ વર્તણૂકથી દરદી પોતાનાં બીકટ દુઃખમાં પણ ઘણી વેળા કાંઈક રાહત અને સધ્યારો મેળવે છે ; જ્યારે સારવાર કરવાનાં અજ્ઞાનપણાને લીધે તેમજ દરદી તરફની હદ બહારની માયા જે ધાતકીપણાનું રૂપ (cruel kindness) લે છે તેને લીધે બીમારનો ખાટલો લંબાય છે, અને બાજે વખત તે પોતાનું દરદ સહન થઈ નહીં શક્યાથી પોતાની જીંદગીથી કંટાળી જાય છે. તેટલા માટે દરદીની સારવાર કરવાનું જ્ઞાન સંપાદન કરવું ઘણુંજ અવશ્યનું છે. એ જ્ઞાન આપણી આખી જીંદગી

પર્ષત કેઈ પણ વેળા આપણાં સગાં સ્નેહીઓની ખીમા-
રીવેળા અમુક્ય થઈ પડેછે. એક લખાણ સરળ રીતે સીલ
સીલાબંધ વાંચી જવાથી કેટલીકવાર તે માંહેલી ખારીક
વીગતોપર વાંચનારનું ધ્યાન નહીં ખેંચાય એ બનવા
જોગ છે અને તેટલા માટેજ આ નાના પુસ્તકમાં
સારવાર કરવાને લગતી બાબદ સવાલ જવાબના
આકારમાં સમાવી છે, જેથી કેટલીક ખારીક વીગતો
જે કેટલીકવાર આપણે કદપી પણ નહીં શક્યે તે ઉપર
વાંચનારનું ઝટ ધ્યાન ખેંચાય છે.

સેવટે, આ ચોપડીનું લખાણ તપાસવા માટે
અમારા મીત્રો દાકતર દીનાનાથ બાલકૃષ્ણા નાયક
દાંડેકર, એલ.એમ. એંડ એસ, જે.પી., તથા દાકતર
અરદેસર દાદાભાઈ જીલા, એલ.એમ. એંડ એસ,
એઓએ મેદુરબાનીની રાહે લીધેલી તકલીફ માટે
અમે તેમનો ઉપકાર માન્યે છીએ.

મુંબઈ, તારીખ ૧૫ મી સપ્ટેમ્બર ૧૯૦૬.

દારાશાહ નશરવાનજી મારકર.
ડોસાભાઈ ફરામજી પંથકી.

નં० ૭૨-૭૪, ઘોલીતલાવ, }
નં० ૬, કરેલવાડી, મુંબઈ. }

આ ચોપડી કાયદા પ્રમાણે રેજિસ્ટર કરાવી છે.

દરદીનું દુઃખ નિવારણ.

પ્રકરણ ૧ લું.

સ.—દરદીને રાખવાનો ચોરડો પસંદ કરતી વેળાએ કહી બીના ધ્યાનમાં રાખવી?

જ.—ચોરડો મોટો અને ઉંચી ઉભરણી વાળો જોઈએ. ચોરડામાં ઉપર તથા નીચેથી હવા સહેલાઈથી આવજા કરી શકે એવી મોટી ખાંરી જોઈએ.

સ.—ચોરડામાં મોટી ખાંરીની શું જરૂર છે?

જ.—કારણકે એક દરદીની તંદરોસ્તીની બાબદમાં પુરતું અજવાળું ઘણુંજ અવશ્યનું છે.

સ.—દરદીને માટે જે ઓરડો પસંદ કરવામાં આવ્યો હોય તેને કેવી રીતે તૈયાર અને સાપ્સુક રાખવો ?

જ.—ઓરડામાં પ્રકટ જરૂર જોગોજ સામાન રાખવો, દીવાલો વગેરે ઉપરથી ધુળ હોય તે ઝાટકી કાઢવી, અને જમીનને જંતુ મારનારી દવાથી સાપ્સુક રાખવી. પાટ્યાંની જમીન હોય તો તેને જંતુ મારનારી દવા સાથે ભેળેળાં ગરમ પાણીમાં ઝોળી કાઢેલાં કપડાંથી સાપ્સુક કરવી.

સ.—દરદીને સુવા માટે પલંગ કેવો પસંદ કરવો જોઈએ ?

જ.—આશરે સાડા છ ફુટ લાંબો અને ત્રણથી સાડા ત્રણ ફુટ પહોળો લોઢાંનો પલંગ ઠીક થઈ પડશે.

સ.—જો પલંગની પહોળાઈ વધુ હોય તો તે કાયદાકારક છે?

જ.—નહીં. કારણકે પલંગની જોઈએ તે કરતાં વધુ પહોળાઈને લીધે સારવાર કરનારને ઘણીજ અડચણ પડે છે.

• સ.—સરસ ખીછાનું કંઈ જાતનું ?

જ.—ઘોડાના વાળથી બરેલું ખીછાનું.

સ.—ઘોડાના વાળ જો ન મળી શકતા હોય તો શાનો ઉપયોગ કરવો?

જ.—કાથો અથવા ભુસાનો.

સ.—કાથાનાં ખીછાનાંથી શું પ્રાયદો થાય છે?

જ.—તે થોડાક પૈસામાં મેળવી શકાય છે તથા ખરાબ થયા પછી તેનો ઘણીજ સહેલાઈથી નાશ કરી શકાય છે.

સ.—ઘોઢવા પાથરવાનાં કપડાં કેવાં હોવાં જોઈએ ?

જ.—સહેજ ગરમ અને વજનમાં હલકાં જોઈએ.

સ.—શું જાડો ચારસો વાપરવો ક્ષાયદાકારક છે?

જ.—નહીં. કારણકે તેની અંદર દરદીનો પર-
સેવો પચે છે, તથા તે જોઈએ તેવી ગરમી આપતો
નથી.

સ.—જ્યારે ઠંડીના દીવસોમાં ખીછાનાં પર
કામળીના ખેવામાં આવી હોય, ત્યારે કંઈ બાબદ ધ્યા-
નમાં રાખવી?

જ૦—ઘણીજ સંભાળ રાખવી કે કામળીની
કરચલી વળે નહીં. કરચલીથી દરદીનાં શરીર પર કોઈ
કોઈ વેળા ફેાપૂઠ્યા ઉઠી ચાંદાં પડે છે.

સ.—ઉનનાં કપડાં દરદી માટે ક્ષાયદાકારક છે?

જ.—નહીં, કારણકે ઉનનાં કપડાંમાં વાસ
તથા ઉડતા રોગોનાં જંતુઓ બહુ વધારે સહેલાઈથી
બસાઈ રહે છે.

સ.—ખારીના પડદા કેવાં કપડાંના બનાવવા?

જ.—છીંટના અથવા લેસના.

સ.—મચ્છરદાની વાપરવાની કાંઈ જરૂર છે ?

જ.—નહીં, તેથી હુવાની આવજામાં અડચણ થાય છે.

સ.—દરદીના ઓરડામાં શેત્રંજી જમીન પર કેવી રીતે ખીછાવવી ?

જ.—શેત્રંજીના નાના નાના ટુકડા ખીછાવવા, કારણકે જમીન સાફ કરતી વખતે તે સહેલાઈથી ઉંચકી શકાય.

સ.—દરદીને પલંગ ઓરડામાં કઈ જગાએ ગોઠવવો જોઈએ ?

જ.—પલંગ બનતાં તુલીક દીવાલથી અલગ અને ચારે બાજુએથી ખોલ્લો જોઈએ, જેથી સારમાર ઘણી સહેલાઈથી થઈ શકે. ખીછાનાં પર ચોખ્ખી હવા છુટથી આવજા કરે, પણ દરદીને કાંઈ પણ અડચણ ન પડે તથા તેનાં મોંહુપર બારીમાંથી આવતો તડકો

પડે નહીં તેવો અંદોળસ્ત કરવો.

સ.—ઉડતા રોગથી પીડાતા દરદીની સારવાર કરતી વેળા દરદીની કંઈ બાબતુએ ઉભા રહેવું?

જ.—સારવાર કરનારે બનતાં સુધી પવન આવતો હોય તેવી બારી કે બારણું પાસે બેસવું, જેથી ઓરડામાં ચોખ્ખી હવા આવે તે પ્રથમ દમમાં જાય. "

સ.—સારવાર કરનારને એમ કીધાથી શું પ્રાયદો ?

જ.—ચોખ્ખી હવાને લીધે ઉડતા રોગનાં જંતુ તેના દમમાં જતાં અટકેછે, કારણકે ચોખ્ખી હવા પ્રથમ સારવાર કરનાર આગળથી થઈને પછીજ દરદી આગળ જાય છે.

સ.—ઉડતા રોગથી દરદી પીડાતો હોય ત્યાં કેવી જાતની ખુરસીઓ વાપરવી ?

જ.—સાદી લાકડાંની અથવા નેતરબરેલી ખુરસીઓજ વાપરવી.

સ.—દરદીના ઓરડામાં પુલો રાખવાં કાયદા કારક છે ?

જ.—જો પુલો રોજ તાજાં બદલવામાં આવતાં હોય તથા પુલો રાખવાનું વાસણ હમેશાં સાફ રહેતું હોય તો તે કાયદાકારક છે. પુલોનાં વાસણમાં જે પાણી રાખવામાં આવે તેમાં થોડી “ કૉન્ડીઝ ક્લુઇડ ” નામની પ્રવાહી દવા નાંખ્યાથી વધારે કાયદો થશે.

સ.—દરદીના ઓરડાની સરેરાસ ગરમી કેટલી જોઈએ ?

જ.—૫૫ થી ૬૫ ડીગ્રી સુધી. સાધારણ સં-જોગોમાં ૬૦. ડીગ્રી ઘણામાં ઘણી કહેવાય.

સ.— દરદીને ૨૪ કલાકમાં કયે વખતે વધુ ઠંડી માલમ પડે છે ?

જ.—પાછળી રાતનાં જો વાગા પછીથી તે સુરજ ઉગે ત્યાંસુધી.

સ.—પારાની શીશી (Thermometer) દરદી ના ઓરડામાં કઈ બાજુએ રાખવી ?

જ.—દરદીનાં માથાંથી થોડેક દુર ભીંત પર ખારીખારણાંથી દુર ટાંગી રાખવી.

સ.—હવાની આવજા (Ventilation) એટલે શું ?

જ.—ઘોરડામાં ચોખ્ખી હવાનું ઠાપલ થવું તથા ખરાબ હવાનું નીકળી જવું તે.

સ.—સાધારણ હવામાં “કાર્બોનિક ઍસીડ ગેસ” કેટલી હોય છે ?

જ.—દર દસ હજાર ભાગે ચાર ભાગ “કાર્બોનિક ઍસીડ ગેસ” સમાયલી હોય છે.

સ.—જે હવા આપણે ફેફસાંમાંથી દમ વાટે બહાર કાઢીએ છીએ, તેમાં દર દસ હજાર ભાગે કેટલા ભાગ “કાર્બોનિક ઍસીડ ગેસ” સમાયલી હોય છે ?

જ.—દર દસ હજાર ભાગે ચારસો ભાગનું પ્રમાણ આવેછે,

સ.—દર એક કલાકમાં એક માણસ કેટલી

“કાર્બોનીક ઍસીડ ગેસ” દમ વાટે બહાર કાઢે છે, તથા કેટલી પ્રાણવાયુ (Oxygen) પોતાના દમમાં લે છે ?

જ.—સોળ ક્યુબીક ફીટ.

સ.—દર માણસ દીઠ દર કલાકે કેટલી તાજી હવાનો જથ્થો જોઈએ ?

જ.—ત્રણહજાર ક્યુબીક ફીટ.

સ.—જો એક ઓરડામાં એક હજાર ક્યુબીક ફીટ હવાનો સમાવેશ થતો હોય તો ત્યાં એક કલાકમાં કેટલી વાર હવા બદલાવી જોઈએ ?

જ.—એક કલાકમાં ત્રણવાર તે તદ્દન નીકળી જઈ તેને બદલે ત્રણવાર તાજી હવા આવવી જોઈએ.

સ.—હવાની આવજનો આધાર કઈ ત્રણ મુખ્ય બાબતોપર હોય છે ?

જ.—૧. હલકી તથા ભારે ગંસોના અદલા'બદલાપર; (Diffusion); ૨. પવનપર તથા ૩. ગરમ અને થંડી હવાનાં વજનમાં પડતા પ્રકર.

સ.—હુવા ગરમ થયાથી તેમાં શું ફેરફાર થાય છે ?

જ.—તે પુલીને હલકી થઇ જાય છે અને તેમ થવાથી ત ઉંચે ચઢવા માંડે છે.

સ.—કઈ હુવા વજનમાં ભારે હોય છે ?

જ.—સાધારણ હુવા કરતાં “કારબોનીક ઍસીડ ગેસ ” વજનમાં ભારે હોય છે.

સ.—ઘોરડામાંથી ખરાબ હંવા બહાર નીકળી જવાને સરસ માર્ગ કયો ?

જ.—ચીમનીમાંથી.

સ.—ઘોરડામાં ચોખ્ખી હુવા દાખલ થવાને માટે ઉત્તમ માર્ગ કયો ?

જ.—ખારી વાટેથી.

સ.—દમમાંથી બહાર નીકળેળી હુવા જે ગરમ હોવાથી ઉંચે ચઢે છે, તેને બાહિર નીકળી જવા માટે શું ફરવું ?

જ.—એવી હુવા બાહિર નીકળી જવા સાફ બારણાં અને ખારીને મુથાળે કાચનાં પૂડકાં હોય તો ઉઘાડાં રાખવાં.

પ્રકરણ ૨ જી.



સ.—ઉડતો રોગ કેવી રીતે ફેલાય છે ?

જ.—એક બીજને અડવાથી રોગ ઉડે છે, તથા દરદીના શરીરમાંથી નીકળતા પદાર્થો, અથવા તેના દમ વાટે બાહિર પડતા પદાર્થોના સમાગમમાં આવ્યાથી ફેલાય છે,

સ.—ઉડતા રોગનાં ઝીણું જંતુઓ શરીરમાં કેવી રીતે દાખલ થાય છે ?

જ.—જંતુઓ શરીરમાંડેલી જાણી જાણી રોગોની સાથે મજબુત સંબંધમાં આવ્યાથી લોહીમાં દાખલ થાય છે, અથવા તે હવા મારફતે તે દમમાં જઈ અથવા પ્રવાહી મારફતે ગળાઈજઈને શરીરમાં અથવા આમડીનાં જીણું છીદ્રોમાં દાખલ થાય છે.

સ.—ઉડતા રોગથી પીડાતા દરદીનાં શરીરમાં

થી ખહાર પડતા પદાર્થોના સંબંધમાં સારવાર કરતી વેળા કેવી સાવચેતી રાખવી ?

જ.—દરદીનાં શરીરમાંથી નીકળતા પદાર્થોને ખનતાં શુધ્ધી હાથે અડકવું નહીં, પણ ચીમટા અથવા તેવાંજ કાંઈ હથયાર અથવા વાસણું મારફતે લેઈ તરત તેવા પદાર્થોને જંતુનાશકારક દવાઓથી નાશ કરવો, અને આંખને હાથ લગાડવો નહીં, કારણ કે આંખની જીણી રંગો મારફતે ઘણો જલદીથી રોગ ઉડે છે.

સ.—સ્થાનીક તાવ (Endemic fever) શાને કહે છે ?

જ.—આ જાતની તાવ એક ચોક્કસ લક્ષણમાં હમેશા આંવ્યા કરે અને ત્યાંથી ખીજ લક્ષણમાં ઉડી શકતી નથી. જેમકે ટાઢયો તાવ, જે બીનાશવાલી જગામાં ઉભરી નીકળે છે.

સ.—સર્વવ્યાપક તાવ (Epidemic fever) તે શું ?

જ.—તાવ કે જે એકદમ ઘણું માણસોને લાગુ પડે છે, એટલુંજ નહિ પણ એક ગામથી બીજે ગામ ઉડે છે. દાખલા તરીકે, “ઇનપ્લુએન્સ” તથા રાતી તાવ (Scarlet fever)

સ.—છુટક તાવ (Sporadic fever) શાને કહે ?

જ.—એ તાવના દરદીઓ કોઈ ઠેકાણે એકાદ બે છુટા છવાયા માલમ પડે છે.

સ.—દરદીને તાવ આવતી હોય તે કેમ જણાય ?

જ.—જ્યારે દરદીનાં શરીરની ગરમી ૬૮.૪ ડીગ્રીથી વધુ હોય, ત્યારે તાવ આવતી કહેવામાં આવે છે, અને તેવી વેળા શરીરનાં બીજાં અંગોને જે કામ બજાવવાનું હોય છે, તેમાં ભંગાણુ પડે છે.

સ.—મુળ તાવ (Idiopathic fever) શાને કહે ?

જ.—આ જાતની તાવમાં તાવ પોતેજ રોગ હોય છે અને તે બીજા કોઈ રોગનું કારણ હોતી નથી.

સ. — સુચક તાવ (Symptomatic fever) તે કંઈ ?

જ. — આ જાતની તાવમાં કોઈ બીજાં દરદની નીશાની તરીકે તાવ આવે છે; જેમકે “ન્યુમોન્યા” માં તાવ વધુ રહે છે, માટે તાવની દવા નહિ કરવી, પણ ફેપ્સાના સોજાની દવા કરવી, કે જેનાં પરીણામે તાવ આવે છે.

સ. — પુટી નીકલતી તાવ (Eruptive fevers) કેમ પરખાય ?

જ. — આ જાતની તાવ થોડા દાહાડા ચાલુ રહ્યા પછી શરીર ઉપર કંઈ અળઈ જેવી નીશાનીઓ પુટી નીકળે છે અને પછી તાવનું જોર નરમ પડવા માંડે છે. દાખલા તરીકે, ગોવડું (Measles); અછબડા (Chicken pox.)

સ. — ચાલુ તાવ (Continued fever) કેમ જાણાય ?

જ.—ચાલુ તાવમાં શરીરપર થોડી ઘણી અળાઈઓ પ્રગટી નીકળવા છતાં તાવનું જોર ઓછું થતું નથી, પણ વધારેને વધારે રહે છે. ઢાખલાં તરીકે, “ટાઇફોઇડ” તાવ.

સ.—તાવના તબક્કા (Stages) કેટલા હોય છે?

જ.—પાંચ.

સ.—એ પાંચ તબક્કામાં શું શું ફેરફારો માલમ પડે છે ?

જ.—(૧) પહેલો તબક્કો, જેને (Incubation period) કહે છે તેમાં તાવનું જોર શરીરમાં ઢાખલ થઈ તેમાં તેનું એક જાતનું સેવન થાય છે. આ મુદત દરમ્યાન શરીરમાં કંઈ તાવ હોતો નથી.

(૨) બીજો તબક્કો, જેને (Invasion) કહે છે, તેમાં તાવ પ્રમટી નીકળે છે; દરદીને પાણીની સોસ લાગે છે, મોઢું સુકું થાય છે, અને નાડ જોરમાં ચાલે છે.

(૩) ત્રીજામાં, શરીર ઉપર જીણી જીણી અળાઈ (Eruption) પુટી નીકળે છે, અને તાવનું જોર નરમ પડે છે.

(૪) ચોથામાં, તાવ ધીમે ધીમે અથવા એકદમ ઉતરી જાય છે. (Defervecence)

(૫) પાંચમાં તબક્કામાં, (Convalescence) ધીરે ધીરે શક્તિ આવી દરદી પાછો અસલ જેવી તનદરૂસ્ત હાલતમાં આવતો જાય છે.

સ.--પહેલા તબક્કામાં દરદીની હાલત કેવી રહે છે ?

જ.--દરદી બેચેન જેવો દેખાય છે તથા તે સુસ્ત રહે છે, એ તબક્કામાં તાવનાં જંતુઓનું લોહી માં સેવન થાય છે.

સ.--બીજા તબક્કામાં તેની હાલત કેવી માલમ પડે છે ?

જ.--તેને તાવ ધીમે ધીમે યાતો એકદમ નેસ-ભર આવે છે, તરસ લાગે છે, જીભ સુકી થઈ જઈ તે ઉપર થરો બાજે છે, નાડ ઝડપથી ચાલે છે, અને અશક્તિ વધે છે, તાવ આવવાની શરૂઆતમાં ઘણું ઠરી લખલખાં ભરાઈ આવે છે, તથા માથું પણ દુખે છે.

સ.—ત્રીજા તબક્કામાં તેની હાલત કેવી હોય છે ?

જ.—તેનાં શરીર ઉપર કોઈ તરાંહનાં ચાઠાં ઉપડી આવે છે. તાવ વધારેજ ચઢતો જાય છે. નાડ વધુ ઝડપથી ચાલે છે અને નખળી પડતી જાય છે. મગજ ઉપર અસર થઈ દરદી લવવાબકવા માંડે છે. આ અસર રાત્રે વધારે રહે છે. દરદીની બેચેની વધે છે તથા તે અરધો બેકામ માલમ પડે છે.

સ.—ચોથા તબક્કામાં શું ફેરફારો માલમ પડે છે ?

જ.—ધીમે ધીમે તાવ ઉતરવા માંડે છે, કોઈ કોઈ વાર વળી તે એકદમ પણ ઉતરી જાય છે અને દરદી પરસેવાથી ભીંજાય જાય છે.

સ.—પાંચમા તબક્કામાં શું થાય છે ?

જ.—તાવ ઉતરી ગયા પછી ધીમે ધીમે શક્તિ આવી દરદી અસલના જેવી તંદરૂસ્ત હાલતમાં આવે છે.

સ.—“ટાઇપ્સ ફીવર” (Typhus fever)
કેવી રીતે ઉડે છે ?

જ.—ફેપ્સાં અને ચામડીમાંથી નીકળતા
વરાળ મારફતે.

સ.—એ તાવથી શરીરના કયા ભાગપર અસર
થાય છે ?

જ.—હૃદય અથવા ફેપ્સાં પર.

સ.—એ તાવનાં ઝેરનું સેવન કેટલા દીવસ
થાલે છે ?

જ.—એકથી બે અઠવાડયાં સુધી.

સ.—તાવનો હુમલો કેવી રીતે આવે છે ?

જ.—ધીમે ધીમે અથવા એકદમ.

સ.—ઠરઠી લવારો બકારો ક્યારથી શરૂ કરે છે ?

જ.—પહેલાં અઠવાડયાંની આખેરીથી.

સ.—પુટી નીકલતી અળાઈ (Rash) નો આ-
કાર કેવો હોય છે ?

જ.—શેંતુરના રંગનાં ધાભાં જેવો હોય છે.

સ.—અળાઈ ક્યારે પુટી નીકળે છે ?

જ.—ચોથે દીવસે.

સ.—“ટાઇફસ ફીવર” માં તાવ કેવી રીતે ઉતરે છે અને એ તાવ ચાલુ હોય છે કે પુટી નીકળતા ?

જ.—“ટાઇફસ ફીવર” માં તાવ એકદમ ઉતરી જાય છે. એ તાવ ચાલુ હોય છે. સારવાર કરનારે દરદીના શ્વાસથી દુર રહેવું તેમજ તેને કપડાં બદલાવતી વખતે માથું ફેરવી નાંખવું.

સ.—“ટાઇફોઇડ” નામની ઝેરી તાવ (Typhoid fever) કેમ ફેલાય છે ?

જ.—આ તાવનું ઝેર ઝાડા તથા પીશાબ મારફતે ફેલાય છે.

સ.—એ તાવનું ઝેર શરીરમાં દાખલ થયા પછી કેટલા દીવસે તાવ હુમલો કરે છે ?

જ.—ખાર યા તેરમે દીવસે.

સ.—એ તાવ કેવી રીતે હુમલો કરે છે ?

જ.—ધીમે ધીમે.

સ.—એ તાવમાં દરદીને લવારો ખકારો કયારે શરૂ થાય છે ?

જ.—સાતમા દીવસ પછી.

સ.—શરીરપર ચાઠાં કયારે દેખાય છે અને તેનો આકાર કેવો હોય છે ?

જ.—બીજાં અઠવાડયામાં. ચાઠાંનો આકાર ગોલાળી રંગનાં સંખ્યાબંધ ધાલાંના જેવો હોય છે.

સ.—એ તાવ કેમ ઉતરે છે ?

જ.—ધીમે ધીમે. રાત કરતાં દીવસે એ તાવનું જોર વધુ હોય છે.

સ.—એ તાવથી ઘણું ખરું શરીરના કયા ભાગ પર અસર થાય છે ?

જ.—આંતરડાં તથા ફેફસાં પર સોજો આવે છે.

સ.—“ટાઇફોઇડ” તાવ બીજાં કયાં નામે ઓળખાય છે?

જ.—“એન્ટેરીક” તાવ (Enteric fever).

સ.—એ તાવથી પીડાતા દરદીની સારવાર કરતી વેળા કઇ ચીજ ધ્યાનમાં રાખવી?

જ.—જે વાસણમાં પીચાળ કે ઝાડો કરવામાં આવે તે વાસણો વાપરવા અગાઉ તેમજ વાપર્યા પછી તુરત ખાલી કરી જંતુ નાશકારક દવાથી સાફ કરવાં. દાકતરના ખાસ હુકમ સીવાય દરદીને માંસનો અથવા સખત ખોરાક આપવો નહીં.

સ.—એ તાવ ચઢ ઉતરની રહે છે કે ચાલુ?

જ.—ચાલુ.

સ.—રાતી તાવ (Scarlet fever) કેવી રીતે ફેલાય છે?

જ.—દમ વાટે, તેમજ ચાંમડીમાંથી નીકળતા ખરસેવા અને ઉખડતા પોપડાઓ મારફતે ફેલાય છે.

સ.—રાતી તાવમાં ચાઠાં કેવી જાતનાં હોય છે ?

જ.—ચલકતા રાતા દાણાનો ઝુમખો શરીર પર દેખાય છે.

સ.—ચાઠાં ક્યારે દેખાય છે ?

જ.—એ તાવના હુમલા પછી ખીજે દીવસે.

સ.—શરીરના કયા ભાગપર તે પડેલાં દેખાય છે ?

જ.—છાતીપર.

સ.—એ તાવથી શરીરના કયા ભાગપર અસર થાય છે ?

જ.—ગળાં તથા ગુરદાપર સોજો આવે છે, અને દરદી સંધીવા તથા ગુમડાંથી પીડાય છે.

સ.—એવા દરદીની સારવાર કરતાં શું ચીજ ધ્યાનમાં રાખવી ?

જ.—દરદીને ઠંડી નહીં લાગે તથા ટાઢનાં લખલખાં નહીં ભરાય તે માટે સાવચેત રહેવું. ચાઠાં જ્યારે સુકાતાં માલમ પડે તે વેળાએ “કારખોલીક” તેલ ચામડી પર લગાડવું.

સ.—ગોવરૂં (Measles) કેવી રીતે એક બીજાને ઉડે છે ?

જ.—આનું ઝેર દમ વાટે તેમજ શરીરમાંથી નીકળતા પરસેવા, થુંક વીગેરેમાંથી નીકળતી બદબો મારપૂત ફેલાય છે.

• સ.—ગોવરાનું ઝેર શરીરમાં દાખલ થયા પછી કેટલે દીવસે એ રોગ ઉભરી આવે છે ?

જ.—એક અઠવાડિયું પછી.

સ.—એનાં ચાહાં ક્યારે દેખાવા માંડે છે ?

જ.—ચોથા દીવસે.

સ.—શરીરના કયા ભાગ પર તે પહેલાં દેખાય છે ?

જ.—કપાળપર.

સ.—ચાહાંનો રંગ કેવો હોય છે ?

જ.—પ્રિકકાં રાતા રંગનાં પણ સહેજ પીળાશ-વાલાં હોય છે ?

સ.—શીતળાનો રોગ • (Smallpox) કેવી રીતે ઉડે છે ?

જ.—દમવાટે તેમજ ચામડીમાંથી નીકળતા પરસેવા અને ઉખડતા પોપડાઓ મારપૂતે.

સ.—એનું ઝેર શરીરમાં દાખલ થયા પછી તેનું સેવન થતાં આસરે કેટલો વખત લાગે છે ?

જ.—એક પખવાડીઉં.

સ.—એનો હુમલો કેવી રીતે આવેછે ?

જ.—એકદમ આવેછે.

સ.—એનાં આઠાં કયારે દેખાવા માંડે છે ?

જ.—ત્રીજે અથવા ચોથે દીવસે.

સ.—એનાં આઠાંમાં શું શું ફેરફાર થાય છે ?

જ.—પહેલાં તો જીભા જીભા દાણા શરીર ઉપર દેખાય છે, તે મોટા થઈ તેમાં પાણી ભરાઈને મોલી જેવા થાય છે, ત્યાર પછી તેની વચોવચમાં જરાક ખાડો પડે છે અને પાણી બદલાઈને પડ્ડ થાય છે. પછી તે દાણા પુટી જઈ છુકાઈને પોપડા બંધાય છે અને થણું કરી ચૌદમે દીવસે તે ખરી પડે છે.

સ.—એની તાવ કેમ નરમ પડે છે ?

જ.—ધીમે ધીમે.

સ.—એક ઘરમાં જે શીતળાનો રોગ ફેલાયો હોય તો શું કરવું ?

જ.—સારવાર કરનાર તથા ઘરનાં સઘળાં માણસોએ શીતળા આગળ કઢાવ્યા હોય તો પણ ફરીથી કઢાવવા ફાયદાકારક છે.

સ.—ગળું આવવાનો રોગ (Diphtheria) કેવી રીતે ઉડે છે ?

જ.—દરદીના દમવાટે તથા ગળાંપર બાઝતા ઠરાથી એ રોગ ઉડે છે.

સ.—એવા દરદીની સારવાર કરતી વેળા તે ઉડે નહીં તે માટે શું સાવચેતી રાખવી ?

જ.—મોઢાંમાંથી પડતી થુંક તથા નાકમાંથી ગળતી લીંટ કપડાંના ટુકડાથી લુછી નાંખી તે ચીથં-રાંને તુરતજ બાળી નાંખવાં. દરદીના શ્વાસથી દુર રહેવું, અને ખાસ કરી જ્યારે તે ઠાંસતો હોય ત્યારે તેની આગળ ઉભા નહીં રહેવું.

સ.—જંતુ નાશકારક દવાઓ કેટલી જાતની આવે છે?

જ.—ત્રણ જાતની.

સ.—પહેલી જાત કઈ?

જ.—જે જંતુઓ શરીરમાં દાખલ થવાથી સંખ્યામાં વધે અને જેને પરીણામે કંઈ ચોક્કસ ઉડતો રોગ પેદા થાય તેવાં જંતુઓનો નાશ કરનારી અથવા તેઓથી થતું નુકશાન અટકાવનારી દવા (Disinfectants) દાખલા તરીકે:—ગંધકની ધુઈ, કારબોલીક એસીડ, અને ક્લોરીન ગેસ. (Chlorine Gas)

સ.—બીજી જાત કઈ?

જ.—જંતુઓની વૃદ્ધિ અટકાવનારી અને તેઓથી શરીરમાં કોહવાટ વીગેરે ઉત્પન્ન થાય તેને અટકાવનારી દવા (Antiseptics) દાખલા તરીકે;—“પરમેગેનેટ ઓફ પોટાશ,” ક્લોરીનેટેડ લાઇમ, કોલતાર (Coal tar.)

સ.—ત્રીજી જાત કઈ ?

જ.—હવામાં ઉડતાં જંતુઓ ઉપર અસર કરી તેઓથી હવાને શુદ્ધ કરનારી દવા (Deodorizer) દાખલા તરીકે, કોલનવોટર (Eau de Cologne).

સ.—ખીછાનાં, કપડાં, ચાદરો વગેરે કેમ સાફ કરવાં ?

જ.—૨૧૨ ડીગ્રી “ફેરનહાઈટ” સુધી ગરમ થયેલાં પાણીમાં કપડાં ઉકાળીને સાફ કરવાં.

સ.—દરદી ઉડતા રોગથી પીડાતો હોય તે વેળાએ જંતુનાશકારક દવાનો કેમ ઉપયોગ કરશો ?

જ.—થોડાંક પાણીમાં “કારબોલીક ઍસીડ” અથવા “ફોન્ડીઝ ફ્લુઈડ” નાંખવી. પછી તે પાણીમાં એક ચાદર બોળી તેને એરડાનાં બારણા બાહર બુલતી ટાંગવી. દરદીના વાપરવામાં જે જે કપડાં આવે તે ઉપર થોડુંક “ફોન્ડીઝ ફ્લુઈડ” છાંટવું અને બનતાં સુધી તે બાળી નાંખવાં, દરદીનાં પહેરેલાં

કપડાં ઓરડામાંથી બાહર લઇ જવા પહેલાં “કારખાલીક ઍસીડ” નાં “લોશન” માં ઝોળવા પછી ધોવા આપવાં.

સ.—“ટાઇફોઇડ” તાવ, કૉલેરા, વીગેરેથી પીડાતા દરદીઓના ઝાડા પીશાબનું શું કરવું?

જ.--જે વાસણમાં દરદી ઝાડો કે પીશાબ કરે તે વાસણમાં પહેલાંથીજ એક લાગ “કારખાલીક ઍસીડ”માં ચાલીસ લાગ પાણી નાંખી બનાવેલું “લોશન” રાખવું. તે વાસણનો ઉપયોગ થયા પછી તરત તે ઢાંકી દઇ ઓરડામાંથી બાહર લઇ જઇ તેને વાડામાં ખાલી કરી તે ઉપર થોડુંક ખીન્નું “કારખાલીક લોશન” નાંખી વાડો સાફ કરવો. ત્યાર પછી તે વાસણમાં જંતુ મારનારી દવા નાંખી ખીજી વેળાના વપડાશ માટે રહેવા દેવું.

સ.—ઉડતા રોગથી પીડાતો દરદી સારો થયા પછી તેના ઓરડાને કેવી રીતે સાફ યાને “ડીસઇનફેક્ટ” કરવો ?

જ.—ઔરડામાં જે સરસામાન હોય તે અકેક-
થી છુટો છુટો ગોઠવવો, અને ખુરશીઓ ઉપર
ખીછાનાં તકીયા, ચાદર તથા દરદીનાં પહેરેલાં કપડાં
વીગેરે ગોઠવવાં. ભીંતપર કાંઈ કાગજ વળગાવ્યાં
હોય તે કાઢી નાંખવાં. ત્યારબાદ એક લોઢાંની ઠાલીમાં
થોડાક ગંધકના ઢુકડાઓ મુકી તેને ઔરડાની વચો-
વચમાં સળગાવવા, અને બારી બારણાં મજબુત
બંધ કરવાં કે બાહિરની હવા અંદર જાય નહીં.
ચોવીસ કલાક પછી તે ઔરડાનાં બારી બારણાં
ઉંઘાડી નાંખવાં; ત્યાર પછી તે સરસામાન વીગેરે
“કારબાલીક લોશન”થી ખુબ સાફ કરવાં, તથા
દીવાલો ઉપર ચુનો ઢાળાવવો.

સ.—દરદી ઉડતા રોગથી પીડાય છે કે કેમ તે
જલદી કેમ જાણી શકાય ?

જ.—દરદીને નીચલી બાળદોની પરપુછ કર્યાથી
(૧) કોઈ રોગના સમાગમમાં તે આવ્યો હતો કે
નહીં, (૨) પ્રથમ તાવનું લખલખું કયારે ભરાયું,

(૩) હુમલાની શરૂઆત ધીમે ધીમે થઇ કે એકદમ,
 (૪) શરૂઆતની નીશાની શું હતી અને તે ક્યારે
 પ્રગટી નીકળી, (૫) નાડની હાલત કેવી હતી, (૬)
 દમ કેમ ચાલતો હતો અને એક મીનીટમાં કેટલી
 વાર; (૭) તાવ ઘણામાં ઘણી કેટલી ડીગ્રી સુધી
 રહેતી હતી, (૮) દીલ ઉપર કાંઈ ચાઠાં પુટી નીકળ્યાં
 હતાં કે નહીં અને ચાઠાંનો દેખાવ કેવો હતો.

પ્રકરણ ૩ જી.



સ.—સારવાર કરનારની પહેલી પ્રજા શું?

જ.—ઢાકતરના હુકમેને માન આપવું.

સ.—ખીજી પ્રજા કય ?

જ.—ઢાકતરને દરદીની ખરી હુકીકત કહેવામાં કંઈ પણ બાકી રાખવું નહીં.

સ.—સારવાર કરનારે દરદીનાં પીશાબ કે આડાનું શું કરવું ?

જ.—તે તુરતજ બહાર કાઢી નાંખવાં અને દરદીના ઓરડામાં કંઈ પણ જાતની દુર્ગંધ મારતી ચીજ રાખવી નહીં.

સ.—સારવાર કરનારે દરદી સાથે કેવી રીતે કામ લેવું ?

જ.—સારવાર કરનારે દરદી સાથે મધ્કમપણે પણ માયાથી વરતવું જોઈએ. કદીપણ દરદીને કોઈ બાબતમાં ઠગવો નહીં અને તેનો વીશ્વવાસ જીતી લેવા તત્પર રહેવું.

સ.—સારવાર કરનારે એક દીવસમાં ઓછામાં ઓછો કેટલો વખત સુધી બહાર ચોખ્ખી હવામાં ફરવા જવું જોઈએ ?

જ.—અડધો કલાક ચોખ્ખી હવામાં બાહર ફરવું જોઈએ.

સ.—સારવાર કરનારે દરદીની મુલાકાતે આવનારાઓને માટે કેવો બંદોબસ્ત રાખવો જોઈએ ?

જ.—બંને તેમ ઓછાં આદમીઓને દરદીનાં ઓરડામાં આવવા દેવા અને તેઓથી દરદીને કોઈપણ તરેહનું નુકશાન ન થાય તેની સંભાળ રાખવી. દરદીના બીછાનાં પર તેઓને બેસવા ન દેવાં, પણ બારી નજદીક તેઓને જગ્યા કરી આપવી કે તેથી દરદી ઉપર થઈ આવેલી અસ્વચ્છ હવા તેમનાં દમમાં જાય નહીં. મળવા આવનારાઓને દરદી સામે એવી રીતે બેસાડવા કે દરદી પોતાનું ડોકું ફેરવ્યા કે મરડયા વગર તેમને બરાબર જોઈ વાતચિત કરી શકે. ઉડતા રોગોથી

પીડાતા દરદીની મુલાકાતે આવનાર ભૂખે પેટે તેમજ ભીનાં કપડાં સાથે દરદીના ઓરડામાં દાખલ ન થાય તેની સંભાળ રાખવી. જોવા આવનાર દરદીના ઓરડામાંથી પાછો બહાર નીકળે તે વખતે તેના હાથ “કારખોલીક લોશન”થી ચા તો જંતુનાશકારક સાબુથી ધોવડાવવાને ચુકવું નહીં. દરદીનાં ખાણુંની વખતે અથવા તે ખાઈ રહ્યા પછી તુરત મળવા આવનારા-ઓને દાખલ કરવા નહીં.

સ.—દરદીને નહવાડયાથી શું તે થાકી જાય છે?

જ.—હા, તે સહેજમાં થાકી જાય છે, માટે બધા શરીરના ભાગો એકદમ એકી વખત સાફ કરવા નહીં.

સ.—તેનું હાથ મહોડું ક્યારે ધોવાડવું?

જ.—તે નાસ્તો લેય તે અગાઉ.

સ.—જો દરદી દાંતણુ કરવાને અશક્ત હોય તો શું કરવું?

જ.—એક સળી ઉપર ૩ વીંટાળી તે ઉપર કપડું ખાંધી દરદીના દાંતો સારવાર કરનારે સાફ કરવા.

સ.—ઠંડીના દીવસોમાં દરદીને કેમ નહવાડવો ?

જ.—ઠંડીના દીવસોમાં ટાઢ વાગવાનો ઘણો સંભવ રહે છે, માટે હાથ પગ ઉનાં પાણીએ સાફ કરી તેને તુરત ઢાંકી દેવા. પાણીમાં ભીંજવેલો રૂમાલ કે વાદળીનો ટુકડો શરીરપર ફેરવી તુરત એક તુવાલથી દીલ નુછી નાંખવું અને દરદીને તુરત કામળી ઓઘાડવી. નહવાડ્યા પછી દરદીને ગરમ દુધ તથા સેરવો આપવો.

સ.—કપડાં પહેરાવતી વેળાએ કઈ ચીજ ધ્યાનમાં રાખવી ?

જ.—પહેરાવવાનાં કપડાં સુકાં તથા સાફ છે કે કેમ તે પહેલાં તપાસવું.

સ.—જો દરદીનો હાથ ચા પગ ઢુટેલો હોય તો કપડાં કેવી રીતે કાઢવાં ?

જ.—પ્રથમ તે સાજી ખાનગી કાઢવાં કે જેથી ઘણું હુકશાન થતું અટકે.

સ.—તેવા દરદીને કપડાં પહેરાવતી વખતે શું કરવું ?

જ.—પ્રથમ જખમવાળી બાબુથી પહેરાવવાં કે જેથી દરદી વધુ હેરાન થાય નહીં.

સ.—દરદી બીછાનાંપર બેસે તે વેળાએ શું સંભાળ લેવી ?

જ.—દરદીને સરદી લાગે નહીં તેની સાવચેતી રાખવી.

સ.—દરદીને ઠંડી લાગતી કેમ અટકાવશે ?

જ.—તેનાં ખભાંની આસપાસ ગરમ ફલેનલની શાળ ઓઢાડવી.

સ.—દરદીને હવા નહીં લાગે તેમ ધાબળી સાથે તેણે ઓઢેલી ચાદર કેમ બદલવી ?

જ.—ઓઢેલી ચાદર દરદીના હીલપર રેહવા દઈ પ્રથમ ધાબળી કાઢી નાંખવી અને મેલી ચાદરપર ઘેલી ચાદર તથા ધાબળી પાંથરવી. પછી એક જણે

ઘોતી ચાદરના ઉપલા તથા નીચલા છેડાને બીછાનાંની એક બાજુએ ઉભા રહી પકડી રાખવા અને બીજી બાજુએથી બીજા માણસે મેલી ચાદરને તેના ઉપલા અને નીચલા છેડા પકડીને ખેંચી કાઢવી, એટલે ઘોચલી ચાદર અને ધાબળી દરદીનાં દીલપર બરોબર પાંચરાઈ રહેશે.

સ.—જે ચાદર ઉપર દરદી સુતેલો હોય એટલે બીછાનાંપર જે ચાદર પાંચરેલી હોય, તે દરદીની સાથેજ કેવી રીતે બદલવી ?

જ.—દરદીને બીછાનાંની બરોબર વચોવચમાં સુવાડી, મેલી ચાદરના ખોસેલા છેડા છુટા કરી, તે ચાદરને લંબાઈએથી ગોળ વીંટાળી દરદીની પીઠ સુધી અરધી લાવવી. ત્યારપછી દરદી જ્યાં સુતો હોય તેની બીજી બાજુએથી ઘોચલી ચાદરને પણ, મેલી ચાદરની માફક લંબાઈએથી વીંટાળી બીછાણાંપર અર્ધી પાંચરવી, જેથી મેલી અને ઘોચલી ચાદરોની વીંટ બીછાનાંની બરોબર વચે આવશે. આમ કીધા પછી દરદીને

ઘોયલી ચાદરવાલા ભાગ તરફ ખસેડવો અને મેલી ચાદર કાઢી નાંખી ઘોયલી ચાદરનો બાકીનો ભાગ પાંચરી દેવો. આમ કરતી વખતે સંભાળ રાખવી કે દરદીનાં ઓઢેલાં કપડાં નીકળી જઈ તેને પવન લાગે નહીં.

સ.—“ડ્રોશીટ” (Draw-sheet) એટલે શું?

જ.—સાધારણ ચાદરની ત્રણ ચાર પડમાં ઘડી વાળી દરદીનાં ખભાંથી તે ઘૂંટણ સુધી પાંચરેલી ચાદર. આ ચાદરની નીચે અથવા તેની ઘડીની વચ્ચેમાં પાણી અથવા કોઈ પણ પ્રવાહી ચીજ દાખલ થાય નહીં તેવાં “વાટરપ્રૂફ”નો કડકો મેળવામાં આવે છે.

સ.—“ડ્રોશીટ” શું કામમાં આવેછે?

જ.—દરદીપર કાંઈ વાહુડકાપ કર્યું હોય તે વેળા અથવા દરદીનાં જો પેટ છુટી ગયાં હોય તો તે વેળા ખીછાનાંપર પાંચરેલી ચાદર ખરાબ નહીં થાય તે માટે “ડ્રોશીટ” વાપરવામાં આવે છે.

સ.—“ડ્રોશીટ” જે જગાએ પાંચરી હોય ત્યાંથી ખસી નહીં જાય તે માટે શું કરવું?

જ.—ગોદરાંની કેર સાથે તેને “સેક્સ્ટીપીન” થી વળગાવી દેવી.

સ.—શરીરના કેઈ સાંધાઓપર આગ બળતી હોય તો તે નરમ પાડી સાંધાને રાહત આપવા માટે શું કરવું ?

જ.—શરીરના જે ભાગ અથવા સાંધાપર આગ બળતી હોય તેની ઉપર પાણી ટપકયા કરે તે માટે એક પાણીથી ભરેલું વાસણ લઈ તેમાં બારીક કાણું પાડી તે દુખતા સાંધાની બરોબર ઉંચે ટાંગવું, જેથી તેમાંથી પાણી સાંધાઓ ઉપર બરોબર ટપકયા કરે.

સ.—જે પાણી સાંધાપર ટપકે છે તેનું શું થાય છે ?

જ.—તે પાણી સાંધાપરથી ઉતરી સાંધાની નીચે મેળેલાં વાટરપૃક્ષ કપડાં તરફ વહી ભોંય ઉપર રાખેલાં વાસણમાં જઈ પડે છે.

સ.—કેઈ દહીં ઉઠી નહીં શકતો હોય તો તેને ખીછાનાંમાંથી કેમ ઉંચકવો ?

જ.—બીછાણાંની બંને બાજુએ બે માણસે ઉભા રહી એક માણસે દહીંનાં ખભાં તથા બરડાની નીચે તથા બીજાએ થાપા તથા ઘૂંટણ નીચે પોતાના હાથ પસાર કરી દહીંને ઉંચકવો તથા ત્રીજા માણસે માથું પકડવું.

સ.—ઉપલાજ દરદીના પગને ઇજા થઈ હોય તો તેને ઉંચકતી વેળા શું કરવું ?

જ.—તેના પગની સંભાળ રાખવાનાં કામને માટે એક માણસને રાખવો.

સ.—દરદીને ઉંચકતી વખતે, જો તેના પગનું હાડકું ભાંગેલું હોય તો, તેનો પગ કેમ ઉંચકવો ?

જ.—જ્યાં જખમ થયો હોય તેના ઉપરના ભાગપર એક હાથ અને તેની નીચેના ભાગપર બીજો હાથ એમ બંને હાથે તેને મજબુત પકડવો, જેથી તે ભાંગેલો પગ બરોબર હાથની પાટલીપર ગોઠવઈ રહે.

સ.—દરદીને એક બીછાનાં ઉપરથી બીજાં બીછાનાંપર કેમ લઈ જવો ?

જ.—જો બંને બીછાનાં એકસરખી ઉંચાઈનાં હોય તો તેમને એકબીજાની પાસે મુકવાં, અને ત્યારપછી દરદીનાં બીછાનાંપર પાંથરેલી ચાદર અને ધાબળી પકડીને ખેંચી કાઢવી જેથી દરદી પણ તેની સાથે ખેંચાઈ આવશે.

સ.—અશક્ત દરદીને ઉંચકવા માટે કામચલાઉ ઝોળી કેમ બનાવશે ?

જ.—દરદીનાં બીછાનાંનાં માથાં આગળથી એક માણસે અને પગ આગળથી બીજાં માણસે મળી એમ બે માણસોએ ઉભા રહીને બીછાનાંપર પાંથરેલી ચાદર અને ધાબળીની કોરો લઈને ઉંચી કરવી અને તેને ઉપરથી લાંબાઈએ ગોળને ગોળ વીંટાળી દરદી સુતો હોય ત્યાંસુધી લાવવી અને ત્યારપછી તે મજબુત પકડીને તેમાં દરદીને ઉંચકીને બીજાં બીછાનાંપર લઈ જવો.

સ.—બીછાનાંની ઉપરજ દરદી અઢેલીને ખેંચી શકે તે માટે શું ગોઠવણ કરવી ?

જ.—એક ખુરસી લઈને તેને ઉલટાવી નાંખવી, જેથી ખુરસીની અઢેલવાની બેઠક નીચે આવે અને ખુરસીના પગ ઉપર જાય. તે પછી આવી રીતે ઉલટાવેલી અઢેલવાની બેઠક સાથે તક્યાઓ મુકી ગાદી બનાવી તેને અઢેલાવીને દરદીને બેસાડવો. આવી બેઠકને અંગ્રેજીમાં “ બેડરેસ્ટ ” (Bed-rest) કહે છે.

સ.—દરદીનાં શરીરપર વહાડકાપ કીધું હોય તેવી વેળાએ અથવા અશક્ત હાલતમાં તેની ઉપર કપડાંનો ભાર નહીં પડે, તેટલા માટે કપડાં કેવી રીતે ઉંચાં રાખી શકાય ?

જ.—આવી રીતે કપડાં ઉંચાં રાખવા માટે નીચલી રીતે જુદી જુદી જાતનાં પીંજરાં (Cradles) બનાવવામાં આવે છે :—(૧) લોખંડના વાળેલા ચાર પાંચ સળીઆઓના છેડાને બે મોટા લાંબા સીધા સળી-આથી જોડી દઈ એક ખુગડાનાં આકારનું પાંજરું બનાવવું. (૨) ઇન્જા પામેલા ભાગની ઉપર એક ત્રણ પગનું ટુલ ગોઠવીને મુકવું. (૩) એક ટોપીનો દાખડો

લઈ તે દાખડાની ઉપરની બાબુએથી અરધાં કુંડાળાંનાં આકારનાં બાકાં બને બાબુએથી એવી રીતે પાડવાં કે જેથી દરદીના પગ ઉપર તે બરોબર ઢંકાઈ રહે. દાખડાનું ઢાંકણું ગમે તો દાખડાનાં તળ્યાંપર ઢાંકવું જેથી તેને મજબુતી મળે. (૪) એક “કાર્કસ્કુ” લઈને તેને ચોઢવાનાં કપડાંમાં બરોબર વચમાં ફેરવીને, પસાર કરવું અને તેથી બહાર નીકળેલી “કાર્કસ્કુ”ની આણીમાં એક બુચ ચઢાવી “કાર્કસ્કુ”નાં હેંડલને એક દોરીથી બાંધી તે દોરીને માથાં આગળની દીવાલમાં મારેલા એક ખીલા સાથે મજબુત ખેંચીને બાંધી દેવી.

સ.—ખોરાક કયા બે મુખ્ય ભાગમાં વહેંચાયેલા છે ?

જ.—પહેલા પ્રકારનો ખોરાક શરીરના બુદ્ધા બુદ્ધા ભાગોનો વધ યાને ઉધરભાવ ચાલુ રાખે છે, જ્યારે બીજા પ્રકારનો ખોરાક મુખ્ય કરીને શરીરમાંડેલી ગરમીને ચાલુ રાખે છે.

સ.—સઘળી જાતના ખોરાકોમાં કયાં રસાયણી તત્વો સમાયેલા છે ?

જ.—કારબન, હાઈડ્રોજન, ઑક્સીજન અને બ્રુદી બ્રુદી જાતના ખારો (Salts.)

સ.—પહેલા અને બીજા વર્ગના ખોરાકમાં શું ફરક હોય છે ?

જ.—પહેલા વર્ગના ખોરાકો શરીરના ભાગોનો ઉધરભાવ ચાલુ રાખે છે, અને તેમાં ઉપલાં ત્રણ રસાયણી તત્વો (કારબન, હાઈડ્રોજન અને ઑક્સીજન) ઉપરાંત વળી નાઈટ્રોજન પણ હોય છે.

સ.—જે ખોરાકો શરીરના ભાગોનો ઉધરભાવ ચાલુ રાખે છે, તે માંહેલા થોડાકનાં નામો આપો.

જ.—વગર ચરબીનું ગોસ્ત, પનીર, ઇંડાંની સફેદી, ઓટમીલ, મસુરની દાળ.

સ.—બીજા પ્રકારના ખોરાકો કયા ?

જ.—જે ખોરાકોમાં ચરબીનો સમાવેશ હોય છે તે, જેવાકે, તેલ, ઘી, માખણ, ખાંડ, કાંજી અથવા ખેળવાલા પદાર્થો.

સ.—એક ખોરાકમાં ગરમી ઉત્પન્ન કરનારો ગુણ તે ખોરાકમાં સમાયલાં કયાં તત્વ ઉપર આધાર રાખે છે?

જ.—ખોરાક માંહેલા કારબન અને હાઈડ્રોજન સાથે ભેળેલી ઓક્સીજનના જથ્થા ઉપર ખોરાકનો ગરમી આપનારો ગુણ આધાર રાખે છે.

સ.—સર્વથી વધુ ગરમી કયા ખોરાક આપી શકે છે?

જ.—ચરખીનો ભેળ ધરાવનારા ખોરાકો.

સ.—ઠંડા મુલકમાં એક માણસને ચોવીસ કલાકમાં નાઈટ્રોજન અને કારબનના કેટલા જથ્થાની જરૂર હોય છે?

જ.—ત્રણસો ગ્રેન નાઈટ્રોજન અને ૪૫૦૦ ગ્રેન કારબન.

સ.—ઉપર જણાવેલો જથ્થો કયા સાદામાં સાદા ખોરાકમાંથી મેળવી શકાય?

જ.—પોણો રતલ માંસ અને બે રતલ રોટલી-
ના ખોરાકમાંથી.

સ.—માંસને રોસ્ટ કરતી વખતે અથવા બાફતી
વખતે તેને અતીશય ગરમી આપવાની જરૂર છે ?

જ.—નહીં, પ્રથમ ગરમી એકદમ આપવી,
જેથી માંસપર એક સફેદ પડ બંધાય જાય છે અને
માંસ માંહેલો રસ તેથી ઉડી જતો અટકી શકેછે.

સ. સેરવો કેમ બનાવવો ?

જ.—માંસને પ્રથમ ઠંડાં પાણીમાં મેળીને
ધીમી આંચે તેને ઉકળે ત્યાં સુધી ગરમી આપવી, જેથી
માંસ માંહેલો કસ પાણીમાં ઓગળશે.

સ.—દરદીના ઓરડામાં ખોરાક રાખવો સલા-
મતીભરેલું છે ?

જ.—નહીં. જ્યારે દરદી માટે જોઈએ ત્યારેજ
ખાણું ઓરડામાં લાવવું અને છાકી વધે તે એકદમ
ત્યાંથી લઈ જવું.

સ.—પીવાનું પાણી બાહર ઓરડામાં ખોલ્યું
રાખવામાં કાંઈ અડચણ છે ?

જ.—હા. પાણીને જો ખોલ્યું રાખવામાં આવે
તો પાણીમાં હવામાંહેલી ગંસો ચુસવાનો ગુણ હોવાને
લીધે હવામાંહેલાં ઝેરી તત્વોને તે ચુસી લેછે.

સ.—દરદીને દુધ, કાંજી અથવા પાણી કેવાં
વાસણમાં પીવા આપવું ?

જ.—“ ફીડીંગ કપ ”માં.

સ.—દરદીને કાંઈ ચીજ પાવા માટે કેવી રીતે
ખીજનામાંથી ઉઠાડવો ?

જ.—તકયામી તજે ડાબો હાથ મુકી તેના
ઠેઠાથી દરદીનું માથું અને ખભું ઉંચકવું.

સ.—તકયાથી ઉંચકવાની શી મતલબ ?

જ.—કારણ કે તેમ મહીં કરવામાં આવે તો
દરદીની ગરદન મરડઈ જાય અથવા માથું ઓક બાબતુ-
એ ઢળી જવાથી ગળવામાં દરદીને મુશ્કેલી પડે.

સ.—દારૂ અથવા કેફી પીણાંની શરીરપર કેવી અસર થાય છે ?

જ.—પ્રથમ દારૂ અથવા કેફી પીણાંથી ગરમી જેવું લાગે છે, કારણ કે તેથી હૃદય ઘણું જોરથી ચાલે છે અને શાન્તતંતુઓને જે કામ બજાવવાનું હોય છે, તેમાં ખલલ થાય છે. તેમ થયાથી શરીરમાં હેમોગ્લોબિન સંપાદી ઉપર આમડી આગળ ધસી આવે છે, પણ શરીરમાં ઠંડી ગરમી રાખવાની રચનામાં અકચણ થયાથી સંપાદીપર વધી ગયલી ગરમી ઉતરી જાય છે, અને આખું શરીર ધીમે ધીમે ઠંડું થતું જાય છે.

સ.—દરદીને ટકાવી રાખવા માટે દારૂ અથવા એવુંજ કાંઈ પીણું કયારે આપવું ?

જ.—જ્યારે દાકતર હુકમ કરે ત્યારેજ અને ફરમાવે તેટલાજ જથ્થામાં આપવું.



પ્રકરણ ૪ થું.



સ.—ટાઢનું લખલખું (Rigors) તે શું ?

જ.—જુદા જુદા પ્રકારની બીમારી વેળાએ ટાઢ વાગી આખું શરીર ઠરઠર કંપવા માંડે તેને ટાઢનું લખલખું કહે છે.

સ.—કઈ માંદગીની નીશાની ટાઢનાં લખલખાંથી માલમ પડે છે ?

જ.—સઘળી જાતની તાવમાં અને સોજામાં.

સ.—જ્યારે કોઈ દરદીને ટાઢનું લખલખું ભરાઈ આવ્યું હોય અને તેની જગલમાં તાવ માપવા “ઠરમોમીટર” મુકવામાં આવે તો શું માલમ પડે ?

જ.—જો કે દરદી ટાઢથી કંપે છે અને ઠંડી લાગવાની ફરયાદ કરે છે, તોપણ તેનાં શરીરમાં તાવ વધતી જતી માલમ પડે છે.

સ.—કયાં દરદમાં ટાઢનું લખલખું ઘણું ખરૂં લાંબો વખત સુધી ટકે છે ?

જ.—“ન્યુમોન્યા” અથવા ફેફસાંના સોજામાં.

સ.—ટાઢનું લખલખું કયે વખતે અને કંઈ તારીખે ભરાઈ આવ્યું તેની ખાસ નોંધ લેવાની શું જરૂર છે ?

જ.—હા. કારણ કે તાવની ચાલુ ખીમારીમાં તાવ ક્યારથી શરૂ થયો તેની નોંધ ટાઢનાં પહેલાં લખલખાંની વીગત ઉપરથી મળી આવે છે.

સ.—ટાઢનું લખલખું ભરાઈ આવે ત્યારે શું એલાજ કરવો ?

જ.—દરદીને ગરમ કપડાં ઓઢારવાં અને તેના હાથપર અને પગપર ગરમ ખાટલીના સેક કરવા તથા ગરમ ચાહે અથવા કાફી પીવા આપવી. ગરમ પાણી ને ઝંડી આપે તો કંઈ હરકત નહીં.

સ.—ઉંઘ શાને કહે છે ?

જ.—ભેજાને આસાએશ આપવાના વખતને ઉંઘ કહે છે.

સ.—ઉંઘતી વખતે લેન્નાંમાં લોહીનો જથ્થો વધે છે કે ઓછો થાય છે ?

જ.—ઓછો થાય છે. લેન્નાંને આસાએશ મળવા માટે જાગરૂત હાલત કરતાં ઉંઘતી હાલતમાં લેન્નાંપર થોડાં લોહીના પ્રવાહીની જરૂર છે. આપણે જ્યારે સુતાં સુતાં કાંઈ વીચાર કર્યે છેયે ત્યારે લોહી મોટા જથામાં લેન્નાં તરફ વહેવાથી લેન્નું જાગરૂત રહે છે, અને તેથી ઉંઘ આવતી નથી.

સ.—દરદીની ઉંઘના સંબંધમાં કંઈ જાણદોની ખાસ નોંધ લેવાની જરૂર છે ?

જ.—દરદીએ કેટલી ઉંઘ કહાડી, કેટલો વખત સુધી તે ઉંઘાયો ; દરદી શાંત મને ઉંઘાયો કે ઘડી ઘડી જાગરૂત થયા કીધો ; ઉંઘઈ ઉઠ્યા પછી દરદીને કાંઈ રાહત મળી કે કેમ, વગેરે જાણદો ખાસ ધ્યાન રાખવા જોગ છે.

સ.—કેવા સંજોગો હેઠળ દરદીને ઉંઘમાંથી જગાડી દવા અથવા પોષણકારક ખોરાક આપવાની જરૂર છે ?

જ.—દરદી નળળો પડી ગયાથી ઉંઘતો હોય તે વેળા દરદીને ખાસ જગાડીને દવા બગેરે આપવું નહીંતો કેઃઘકવાર તેનું મરણ પણ નીપજે છે.

સ.—કયા સંજોગો ઉંઘ લાવવામાં મદદગાર થઈ પડે છે ?

જ.—એકાંત અને અંધારો ઓરડો. ઉંઘ ખીલકુલ નહીંજ આવતી હોય તો માથાંને ઠંડક કરવાથી અને પગ ગરમ રાખવાથી ઉંઘ આવે છે.

સ.—દરદીને ઉંઘ લાવવા માટે કાંઈ કેફી ચીજ આપવાની જરૂર છે ?

જ.—હાકતર સલાહ આપે તોજ તેવી ઉંઘ લાવનારી દવા આપવી, નહીં તો ખીલકુલજ નહીં; કારણ કે તે લેવાની ટેવ પડી જાય છે, જે નુકશાનકારક છે.

સ.—દરદી પોતાને થતી વેદનાની જે હકીકત આપે તે ખરી માની તે ઉપરથી શું તમે અમલ કરી શકશો ?

જ.—નહીં, કારણ કે કેટલાક દરદી થોડું દુઃખ થાણુ ખમવાને અશક્ત હોય છે, અને તેથી તેને તે મોટું રૂપ આપે છે.

સ.—દરદીને થતી વેદનાના સંબંધમાં કંઈ બાબત ખાસ ધ્યાનમાં લેવા જોગ છે ?

જ.—વેદના કયાં, કેટલી, અને કેવી જાતની થાય છે તે તપાસવું. હીલચાલ કીધાથી તેપર કાંઈ અસર થાય છે કે કેમ અને કેવી હાલતમાં દરદીને રાહત મળે તે જાણવાની કોશેશ કરવી.

સ.—કયાં દરદમાં દરદી એકજ બાજુએ સુઈ રહે છે ?

જ.—ફેફસાંનાં દરદમાં તથા પાંસલીઓ લાંગી ગઈ હોય તે વેળા.

સ.—પેટમાં ચુકો થઈ આવે તો કેવી હાલતમાં દરદીએ સુવાથી દુઃખ નરમ પડે છે ?

જ.—પેટમાં કાંઈ નરમ કપડું દાખીને ઉઘે મસ્તક સુવાથી.

સ.—ચાલુ તાવમાં દરદી જો ચત્તો સુધ રહે તે તેથી શું ગેરફાયદો થાય ?

જ.—ફેફસામાં લોહીની ગાંઠ બંધાઈ જાય છે, જે જોખમભરેલું છે, માટે દરદીને અવાર નવાર કોર વળાવવી.

સ.—નખખાઈ થઈ હોય તેવી વેળા ચામડીનો રંગ કેવો હોય છે ?

જ.—સેહજ આસમાની.

સ.—જીલ તપાસવાનો ઉત્તમ વખત કયો ?

જ.—સોજન લેવા આગમજ.

સ.—ભુખ અને ખોરાક લેવાના સંબંધમાં કઈ ખીના ધ્યાનમાં લેવી ?

જ.—કેટલો ખોરાક લીધો તે; ખોરાક લેહજ તથી લીધો કે અણખમાથી, તેથી દરદીનું પેટ ભરાયું કે કેમ; ખોરાક લીધાથી દરદીને કાંઈ વેદના થઈ કે કેમ.

સ.—તરસ શાથી લાગેછે ?

જ.—લોહીમાંહેલાં પ્રવાહી પદાર્થનો જથ્થો કમી થવાના સંખળે.

સ.—તરસ શાથી મટેછે ?

જ.—સેહજ ખટાશવાલી ચીજોથી.

સ.—કુકાં પાણીથી તરસ કાં મટેછે ?

જ.—કારણકે તેથી મોંઢા માંહેલું રાતું પક નરમ થાય છે.

સ.—ઉલટી કેવી રીતે થાયછે ?

જ.—પ્રથમ એક ઉંડો દમ ખેંચવામાં આવે છે અને ગળાંનો સાંકડો ભાગ બંધ થઈ જઈ પેટનાં ફનાયુઓ સંકોચાય છે. આમ થયાથી હોજરીપર દબાણ થાય છે, અને તેથી હોજરીમાંહેલો ખોરાક બાહર ધસી આવે છે.

સ.—ઉલટી કયાં કારણોને લીધે થાય છે ?

જ.---(૧) હોજરીને લગતાં કારણથી એટલે ખોરાકમાં કાંઈ ફેરફાર થવાથી, પીત્ત થવાથી અથવા આંતરડાંના માર્ગમાં કાંઈ અડચણ થવાથી. (૨) લેન્નને લગતાં કારણથી, એટલે માથે કરમ ચઢવાથી અથવા ખીજ કોઈ ખીમારીથી.

સ.---હોજરીને લગતાં અથવા લેન્નને લગતાં કારણથી ઉલટી થઈ છે એમ કેમ પારખી શકાય ?

જ.---જો ઉલટી થવા આગમજ ફેર આવે અને તે પછી ઉલટી થયાથી જો દરદીને આરામ થાય તો તે ઉલટી હોજરીને લગતાં કારણથી થયલી જાણવી, પણ જો ઉખડો આવ્યા વગર હોજરી ખાલી હોયા છતાં ઉલટી થાય તો તે લેન્નને લગતાં કારણને લીધે થયલી જાણવી.

સ.---ઉલટી આવે તે વેળા શું કરવું ?

જ.---દરદીને સુવાડી, કપડાં ઢીલાં કરો સ્વચ્છ હુવા આવવા દેવી અને દરદીને ખરફ આપવું અને તે તદ્દન પીગળી જાય તે આગમજ તેને ગળાવી દેવું.

“ મેઝનેસ્થા ” અથવા “ બાઇ કારબોનેટ ઓફ સોડા ” થી પણ દરદીને રાહત મળે છે.

સ.—ઝેર બાધાથી ઉલટી થાય તો શું કરવું ?

જ.—પુકું પાણી અથવા એક ચમચી મીઠું અથવા એકથી બે ચમચી રાઇ લઇ તે પાણીમાં ભેળી પાઇ ઉલટી ચાલુ રાખવાની તજવીજ કરવી. તે પછી માખણ, મીઠું તેલ અથવા દુધ પાવું જેથી ઝેર શરીરમાં પ્રેરી વળતું અટકે છે.

સ.—ઠાંસો કેવી રીતે થાય છે ?

જ.—પેટેલાં દમ ભેરથી લેવામાં આવે છે, અને ગળાંનો સાંકડો ભાગ બંધ થઇ એકદમ ઉંઘડી જાય છે, અને હવા બાહર ધસી આવે છે. ઠાંસો થવાનું કારણ દમ લેવાના માર્ગમાં કાંઇ નકામી ચીજ આડે પડવાનું હોય છે.

સ.—ખીજાં કયાં કારણથી ઠાંસો થાય છે ?

જ.—ગળાંના અથવા દમ લેવાના માર્ગના કોઇક ભાગનાં અંદરનાં પડના સોજાને લીધે ઠાંસો થાય છે. વળી હોજરી અને લેન્થનાં દરદને લીધે પણ થાય છે.

સ.—ઠાંસાના સંબંધમાં કંઈ બાબતની નોંધ સંબંધવાની જરૂર છે ?

જ.—ઠાંસો કેટલીવાર થાય છે; કેટલો સખત થાય છે અને તે કેટલો વખત ચાલુ રહે છે, કે.ઈ કારણને લીધે તે થયો છે કે કેમ, તે કેવી જાતનો છે, તે સુકો છે કે ચીવટ; તે બોખરા અવાજવાલો છે કે કેમ વગેરે તથાસબું.

સ.—ઠાંસો એકદમ આવી તુર્ત બંધ પડે તો તે શાની નીશાની ?

જ.—ફેફસાંપર આવેલા સોજની.

સ.—કફ કયા કયા આકારમાં પડે છે ?

જ.—થુંક જેવો; પડ જેવો; લોહીવાલો; કોહી ગયો હોય તેવા વાસનો.

સ.—ઉલટીના સંબંધમાં કંઈ બાબતની નોંધ લેવી ?

જ.—તે પ્રમાણમાં બોધી થયે છે કે કેમ અને લાંબે તક્તવતે થાય છે કે કેમ.

સ.—“ સ્ત્રીકન્યા ” ઝેર દવામાં જોઈએ ત કરતાં જો વધુ અપાઈ જવાય તો તેથી શું અસર થાયછે ?

જ.—સ્નાયુઓમાં ખેંચતાણ થઈ તે અકડી જાયછે.

સ.—દવામાં વધુ પ્રમાણમાં પડેલાં સોમલ તથા “ બેલોડોના ” ની શું અસર થાયછે ?

જ.—સોમલથી (Arsenic) પેટમાં દુખારો થાય છે અને “ બેલોડોના ” થી (Belladonna) ગળું સુકાઈ જાય છે, રાતી અલ્પ થાય છે અને આંખની કીકી મોટી થાય છે.

સ.—નાડ (Pulse) શાને કહેછે ?

જ.—હૃદયના સંકોચાવાથી દર વેળા લોહીના પસાર થતા મોજથી ધોરીનસોમાં થતા ધબકારાને નાડ કહેછે.

સ.—શરીરના 'કયા ભાગપર ઘણીખરી નાડ તપાસવી ?

જ.—પોંડુઆની બરોબર ઉપર આવેલી અંગુ-
ઠા તરફની ધોરીનસ (Radial artery) દાખ્યાથી
નાડી તપાસી શકાય છે, કારણકે તે ઠેકાણે તે સપાટી
ઉપર આવેલી હોવાથી તેમજ તે જગા સગવડ-
ભરેલી હોવાથી ત્યાં નાડ તપાસવામાં આવે છે.

• સ.—નાડ કેમ તપાસવી ?

જ.—પહેલાં બે આંગળાંની ટીચકી ધોરીનસપર
મેળી તેના ધબકારા ગણવા.

સ.—તંદરોસ્ત હાલતમાં એક મીનીટમાં નાડ-
ના કેટલા ધબકારા થાય છે ?

જ.—મોટા માણસમાં ૭૦થી ૮૦; ભર જુવા-
ન્યામાં ૮૦થી ૧૦૦; નાના બચ્ચાંમાં ૧૦૦થી ૧૨૦
સુધી.

સ.—એક માણસ એક મીનીટમાં કેટલીવાર
દમ લઈ શકે છે ?

જ.—પંદરથી વીશ વાર.

સ.—શરીરમાં સાધારણ ગરમી કેટલી રહે છે અને તે કેવી રીતે તપાસી શકાયછે ?

જ.—તંદરોસ્ત માણસના શરીરમાં ૯૮.૪ ડીગ્રી ગરમી સાધારણ રીતે હોય છે, અને તે “થર્મોમીટર”થી માપી શકાયછે.

સ.—થર્મોમીટરમાં ઓછામાં ઓછી કેટલી ડીગ્રી માંડેલી હોય છે, અને ગરમી માપવા તે મેલ્યા આગમજ શું કરવું ?

જ.—૯૫ ડીગ્રી. થર્મોમીટર શરીરમાં મુક્યા આગમજ તેના પારાને ૯૫ ડીગ્રી સુધી નીચે હલાવીને નીચે ઉતારવો.

સ.—ગરમી માપવા માટે થર્મોમીટર શરીરના કયા ભાગમાં મેળવું ?

જ.—બગલમાં અથવા છલ નીચે મોઢાંમાં.

સ.—થર્મોમીટર બગલમાં મેલ્યા આગમજ શું સાવચેતી રાખવી ?

જ.—બગલ બરોબર તુછી નાંખવી, કારણ કે પરસેવાને લીધે ગરમી બરોબર ચોકસ માપી શકાય નહીં.

સ.—હરદીનાં શરીર માંહેલી ગરમી દહાડામાં કેટલીવાર અને કયે કયે વખતે માપવી ?

જ.—દીવસમાં બે વાર સહુવારે અને રાત્રે, નવ અને દસ વાગાની વચે.

સ.—ઠંડાં પાણીથી નાહ્યાથી શું અસર થાય છે ?

જ.—ગરમ પાણીથી તદન ઉલટીજ અસર થાય છે. ઠંડાં પાણીથી શરીરની બારીક રંગો સંકોચાઈ લોહી શરીરના અંદરના ભાગમાં દોડે છે. તે પછી તે બારીક રંગો પાછી કુલાયાથી લોહી મોટા જથ્થામાં શરીરની સપાટીપર ધસી આવી એક જાતની ગરમી ઉત્પન્ન કરે છે.

સ.—કુકાં પાણીની ગરમી કેટલી હોય છે અને તે શું કામમાં વપરાય છે ?

જ.—૮૫ થી ૯૫ ડીગ્રી. પુકું પાણી સાફસુફ કરવાનાં કામમાં આવે છે.

સ.—સાધારણ ગરમ પાણીની કેટલી ગરમી તથા તેનો શું ઉપયોગ કરવામાં આવે છે ?

જ.—૯૬ થી ૧૦૪ ડીગ્રી. સાધારણ ગરમ પાણી જ્ઞાનતંતુઓને જોશ આપે છે, અને ચામડી સરક તેથી સહેજ લોહી વહે છે.

સ.—ગરમ પાણીમાં કેટલી ગરમી હોય છે અને તેનાથી નાદ્યાથી શું અસર થાય છે ?

જ.—૧૦૫ થી ૧૧૦ ડીગ્રી. ગરમ પાણીથી નાદ્યાથી ચામડીની ખારીક રંગો કુલે છે, અને તેથી લોહી મોટા જથામાં સપાટી ઉપર આવે છે, અને ગરમી ઉત્પન્ન કરે છે. નાડ અને હમ જોરમાં ચાલે છે, અને ખુબ્કળ પરસેવો છુટે છે.

સ.—ગરમ પાણીએ નાદ્યા પછી સરદી શાને લીધે લાગે છે ?

જ.—ચામડીની ખારીક રંગો અને છીદ્રો કુલી જવાથી હવાની ભીનાસનો પ્રવાહ તેની અંદર સેહેલા-ધથી આમેજ થવાથી.

સ.—ઘણાંજ ગરમ પાણીની ગરમી કેટલી ડીઝી હોયછે ?

જ.—૧૧૦ થી ૧૨૦ ડીઝી.

સ.—થરમોમીટરની ગેરહાજરીમાં પાણીની ગરમી કેમ અટકળી શકાય ?

જ.—હાથની કોણી આગળનાં કપડાં કાઢી નાંખી તે પાણીમાં ખુલી બોળ્યાથી.

સ.—દરદીને ઠંડાં પાણીની ચાદર (Wet sheet packing) કેવી રીતે ચોઢારવી અને તેમ કરવાનું કારણ શું ?

જ.—બીછાનાંપર પ્રથમ પાણી દાખલ નહીં થાય તે માટે એક વોટરપ્રૂફ કપડાંનો કટકો પાંથરવો અને તેની ઉપર એક ધાળળી પાંથરી તે બંને ઉપર

થંડાં પાણીમાં ભીંજવેલી ચાદર પાંથરવી અને ત્યાર પછી તે ભીણી ચાદર દરદીનાં શરીરની આસપાસ વીંટાળવી; ત્યારપછી ધાળળી અને તે પછી બીજી ધાળળીએથી દરદીને ઢાંકવો. આમ કીધાથી ચામડીનાં છીદ્રો તથા રંગો સંકોચાય છે અને શરીરની સપાટી-પરની ગરમી ચુસાઈ જાય છે.

સ.—ચાંદાં (Bed-Sores) શાથી પડે છે ?

જ.—એકને એક ઠેકાણે સુઈ રહ્યાથી થતાં ચાલુ દળાણુને લીધે ચામડીને કોહવાટ લાગુ પડી ચાંદાં પડે છે. કેટલીક વાર ચાદરની ઘડી અથવા રાત્રે પહેરી સુતેલાં કપડાંની કરચલી વજ્યાથી અથવા તો ખાવાની ચીજના કટકાઓની અથવા કાંકરાની રજકણો ખુંચ્યા કીધાથી ચાંદાં પડે છે.

" સ.—કયાં દરદમાં ચાંદાં ઘણાંખરાં પડે છે ?

જ.—નળખાઈ લાવનારી ચાલુ તાવ અને લકવા-ની બીમારીમાં.

સ.—ચાંદાં પડતાં કેમ અટકાવી શકાય ?

જ.—હરદીની આદર બદલતી વેળા અથવા તેને નહવાડતી વેળા તપાસ રાખવી કે શરીરનો કોઈ ભાગ શકમંદ રીતે લાલ થયો હોય તો “સ્પીરીટ” અને પાણી અથવા સરકો અને પાણીથી તે ભાગ ઘોઈ નાંખવો.

સ.—જો ચાંદુ પડી ચુક્યું હોય તો શું કરવું ?

જ.—ચાંદાંપર દબાણ નહીં થાય તે માટે તેને જો નરમ ગાદી આપી ચાંદુ વચમાં રાખવું અને તેને “બોરીક” મલમ લગાડવો.

સ.—બચાંચોને પેટ આબ્યા કરવાનું સાધારણ કારણ શું હોય છે ?

જ.—બચાંચોને આપવાના બોરાકમાં થયેલી કાંઈ ભુલનાં પરીણામે.

સ.—બચાંચોને ઉંપદ્યું થઈ આવે તો શું કરવું ?

જ.—બચાંચોને રાઈ અને ગરમ પાણીથી ભરેલાં ટબમાં ગળાં સુધી બેસાડવું અને તેનાં મોઢાંપર ઠંડાં પાણીના ફટકા મારવા.

સ.—ઢાકતર દરદીની મુલાકાતે આવવાનો હોય તે આગમજ શુ' ગોઠવાણુ કરી રાખવી ?

જ.—ગરમ અને ઠંડુ પાણી, કારખોલીક સાણુ, અને એક સોજો તુવાલ તૈયાર રાખવાં. દરદીને કેટલી તાવ છે તે નોંધી રાખવી અને ઢાકતર છેલ્લે આવવી ગયા પછી દરદીમાં કાંઈ ફેરફાર થયો હોય અથવા તેનામાં કાંઈ નવાં ચીન્હો જણાયાં હોય તો તે લખી રાખવાં. જો દરદીપર કાંઈ વહાડકાપ કીધું હોય તો સોય, ટાંચણી, કાતર, અને જખમ રૂઝ લાવવા માટે જોઈતી સરવે ચીજો તૈયાર રાખવી.

પ્રકરણ ૫ મું.

—૦૦૦—

સ્ત્ર.—દરદીને સેક કેવી રીતે કરી શકાય ?

જ.—ભીનો અથવા સુકો સેક.

સ.—પોલ્ટીસ કયા પ્રકારનો સેક છે અને તેથી શું અસર થાય છે ?

જ.—પોલ્ટીસ ભીના પ્રકારનો સેક છે, અને તેથી ગરમી અને ભીનાસ બંને મળેછે, દરદીને આરામ થાય છે અને પડ્ જહાર નીકળવામાં મદદ કરે છે.

સ.—સોજો થયો હોય તેમાં પોલ્ટીસ કેવી રાહત આપેછે ?

જ.—સોજાને લીધે અંગને થયેલી કઠણાશ અને તેની અંદર થતો ખેંચાવો તે નરમ પાડી દુખારો ઓછો કરે છે.

સ.—સોજામાં કેવી પોલ્ટીસ કરવી ?

જ.—પોલ્ટીસ મોટી હોવી જોઈએ અને દહીંથી
ખમાઈ શકાય એટલી ગરમ તે હોવી જોઈએ.

સ.—સાધારણ વપરાસમાં કઈ જાતની પોલ્ટીસ
કામ આવે છે ?

જ.—અળસીની, ચુલાંની, કોલસાની, રાઈની,
અને પાંઉની.

સ.—અળસીની પોલ્ટીસ કેમ બનાવવી ?

જ.—એક વાસણુ લઈ તેને ચુલાપર મુકી ખુબ
તપાવીને તેમાં પુરતું ઉકળતું પાણી નાંમવું અને
ત્યારપછી ડાબે હાથે તેમાં અળસીનો આટો ભભરા-
વતા જઈ જમણા હાથે ફેરવતા જવું. ત્યારે તેમાંથી
ચીકાસ જતો રહી કાપી કાઢતાં બરોબર ચોસલાં પડે
તો તે સારી રીતે થયલી જાણવી.

સ.—અળસીની પોલ્ટીસ શા ઉપર પાંચરવી ?

જ.—કપડાંના ટુકડા ઉપર, નાલ્યેરના છુંછાપર
અથવા “પ્રાઉનપેપર” ઉપર.

સ.—પાંઉની પોલ્ટીસ શું ઉપયોગમાં આવેછે ?

જ.—અળસીની પોલ્ટીસના જેટલીજ તે ગરમી અને ભીનાસ આપે છે.

સ.—અળસીને બદલે પાઉંની પોલ્ટીસ ક્યારે વાપરવી ?

જ.—જ્યારે નાની પોલ્ટીસ બનાવવાની હોય છે ત્યારે, કારણ કે પાઉંની પોલ્ટીસ અળસીની પોલ્ટીસ કરતાં વધારે જલદીથી છુટી પડી જાય છે.

સ.—પાઉંની પોલ્ટીસ કેમ બનાવવી ?

જ.—સુકું પાઉં લઈ તેના કકડા કરવા અને એક વાસણુને તપાવી તેમાં ઉકળતું પાણી નામવું અને તેમાં પાઉંના ટુકડા નાંખી તેને ફેરવ ફેરવ કરવું. ત્યાર પછી વાસણુપર કાંઈ રકાબી ઢાંકી પાંચ મીનીટ સુધી રહેવા દેવું. વધારાનું પાણી કાઢી નાંખી તેના માવાને ઉપયોગમાં લેવો.

સ.—કોલસાની પોલ્ટીસ કેમ બનાવવી ?

જ.—અળસીની અથવા પાઉંની પોલ્ટીસમાં પા થી અરધો આઉંસ કોલસાનો ભુકે નાખી બનાવવી.

સ.—કોલસાની પોલ્ટીસ શામાં કામ આવે છે ?

જ.—રોગી અથવા વાસ મારતાં ચાંદાં ઉપર.

સ.—રાઈની પોલ્ટીસ બનાવવામાં ઠંડું પાણી શા માટે નાંખવું ?

જ.—કારણકે ઉકળતાં પાણીથી રાઈનાં જલદ પાણાંની અસર દુટી જાય છે.

સ.—રાઈ એકદમ ચામડીને લગાડશે ?

જ.—નહીં, મલમલમાં તેને વીંટાળીને પોલ્ટીસ કરવી.

સ.—દરદીને પોલ્ટીસ કેમ કરવી ?

જ.—પ્રથમ દરદીનાં કપડાં ઢીલાં કરી તેને તૈયાર કરવો, ત્યારપછી પોલ્ટીસ તૈયાર કરી કાળા હાથની હુઠેલી ઉપર તે મેળી નીચલો ભાગ દરદી તરફ લઈ જઈ આખી પોલ્ટીસ ધીમે ધીમે લગાડી દેવી.

સ.—જો પોલ્ટીસ મોટી હોય તો તે કેમ રાખી મેળવી ?

જ.—ત્રીકોણાકાર પાટાથી અથવા કપડાંથી બાંધી રાખવી.

સ.—અળસીની પોલ્ટીસ બદલવા આગમજ દરદીનાં શરીરપર તે કેટલો વખત સુધી રાખી મેળવી ?

જ.—બેથી ત્રણ કલાક.

સ.—ભીના શેકથી શું અસર થાયછે ?

જ.—પોલ્ટીસના જેટલીજ અસર થાયછે.

સ.—ભીનો સેક કેમ કરવો ?

જ.—ગરમ પાણીમાં ફેલેનલ બોળી કાઢી તે નીચવી નાંખી સેક કરવો.

સ.—હાથ દઝાડયા વગર ઉકળતાં પાણીમાંથી ફેલેનલ કેમ નીચવી કાઢવી ?

જ.—ફેલેનલને ગરમ પાણીમાં નાંખ્યા આગમજ એક દુવાલ લઈ તેને બે પડમાં વેઢિંચી તેમાં ફેલેનલને મુકીને પાણીમાં બોળી દુવાલને છેડે બે લાકડીના દુકડા બાંધી તેથી વળ આપી પાણી કાઢી નાંખવું.

સ.—“સ્પન્જીઓ પાઇલીન” (Spongio-Piline) શું છે ?

જ.—“સ્પન્જીઓ પાઇલીન” એક એવી જાતનું કપડું છે કે જે એક બાજુએ નરમ ફેલેનલ જેવું હોય છે અને બીજી બાજુએ પાણી દાખલ નહીં થઈ શકે તે માટે “ઇંડ્યા રબરનાં સોલ્યુશન” થી કાળું રંગેલું હોય છે, અને તે સેક કરવામાં કામ લાગે છે.

સ.—સેક કરતી વખતે કેવા દરદી માટે ખાસ સંભાળ રાખવાની જરૂર છે ?

જ.—ખેશુદ્ધ હાલતવાલાં માણસના સંબંધમાં તથા લકવાથી પીડાતા દરદીના સંબંધમાં.

સ.—“પ્લીસ્ટર” મારવાની શું મતલબ ?

જ.—શરીરના અંદરના ભાગ ઉપર દુખારો થાય છે, ત્યારે શરીરના બહારના ભાગપર જે ઠેકાણેથી દુખારો થતો હોય તે જગ્યાએ “પ્લીસ્ટર” મારવાથી શરીરની અંદરના ભાગમાં થયેલો લોહીનો ભરાવો ઓછો થાય છે.

સ.—“બ્લીસ્ટર” ઉઠાડવા માટે કઈ દવા વપરાય છે ?

જ.—“કેનથેરીડાઇન પ્લાસ્ટર” (Cantharidine Plaster) જે એક જાતની લીલી પાંખવાલી માખમાંથી બનાવેલી એક જાડી પટી હોય છે તે અથવા “બ્લીસ્ટરીંગ ફ્લુઇડ” (Blistering Fluid) નામની એક જાતની પ્રવાહી દવા. “બ્લીસ્ટર” માર્યાથી જે પ્રવાહી નીકળેછે, તે આબ્જુબાબ્જુની ચામડીમાં અણુઅણુત પેદા કરેછે.

સ.—“બ્લીસ્ટર” રૂજ વળવા માટે શું લગાડશો ?

જ.—ધાનાં કપડાંપર સાદો મલમ અથવા “વેસેલીન” લગાડવાં.

સ.—એક જળોતું મોઢું કેવું હોયછે અને તે કેટલું લોહી કાઢી શકેછે ?

જ.—એક જળોતું મોઢું ત્રીકોણાકાર હોય છે અને તે બેથી ચાર ચમચી જેટલું લોહી ચુસી કાઢે છે.

સ.—જળો શરીરના કયા ભાગપર લગાડવી ?

જ.—હાડકાંવાલી સપાટીપર, કારણ કે જો તે જળો હરકત કરતો માલમ પડે તો દળાણથી લોહી બંધ કરવાને બની આવે.

સ.—જળો લોહી પી ધરાય તે આગમજ કાઢી નાંખવી હોય તો શું કરવું ?

જ.—જળોપર મીઠું નાંખ્યાથી તે નીકળી જશે.

સ.—મોઢાંમાં જળો મુકતી વખતે શું સાવચેતી રાખવી ?

જ.—એક જાડા દોરાથી તેને બાંધી દોરાનો છેડો બહાર રાખવો જેથી જરૂર પડતાં તે દોરાથી તેને ખેંચી કાઢવી.

સ.—જો દરદીથી જળો ગળાઇ જવાય તો શું કરવું ?

જ.—દરદીને મીઠાંનું પાણી પાઇ ઉલટી કરાવવી.

સ.—બાફ એટલે શું ?

જ.—દવાનો ધુવો અથવા વરાળ દમમાં લેવા તેને બાફ કહે છે.

સ.—કામરાંની ગાદી બનાવતી વખતે કંઈ ચીજ ધ્યાનમાં રાખવી ?

જ.—ગાદી સફાઈદાર તથા કામરાં કરતાં મોટી. જોઈએ, જેથી કામરાંની કેર ખુંચે નહીં.

સ.—રેહુવા માટે એક ઘરની પસંદગી કરતી વેળા કંઈ બીનાપર ધ્યાન આપવું ?

જ.—તે ઘેર સરહીવાલું નહીં હોય ; તેમાં સુરજનાં તડકાંનો આવજા સંપૂર્ણ હોય તથા પાણી બહાર કાઢી નાંખવા માટે મોરી તથા ગટરને લગતી પુરતી ગોઠવણ હોય.

સ.—રાત્રે દાડૂ વગેરે કેફી પીણું પીવું શા માટે નુકસાનકારક છે ?

જ.—દાડૂથી હૃદય ઘણું ઝડપથી ચાલે છે, જ્યારે રાતની વેળા હૃદયને સંપૂર્ણ આસાથશની જરૂર છે.

સ.—પેહુરવાનાં કપડાંની શું ખુબી હોવી જોઈએ ?

જ.—તે ગરમ અને વજનમાં હલકાં હોવાં જોઈએ.

સ.—ફલેનલ શું ખીજાં કપડાં પહેર્યા આગમજ ચામડીને અડાડીને પહેરવી ?

જ.—હા, ખાસ કરી જેઓ સંધીવાથી પીડાતા હોય તેમને માટે તો તેમ કરવું ખાસ અગતનું છે.

સ.—એક ચમચીનું માપ કેટલું ?

જ.—એક ડ્રામ.

સ.—એક મોટા ચમચામાં કેટલી ચમચીના જેટલું પ્રવાહી રહી શકે ?

જ.—ચાર ચમચીનાં જેટલું.

સ.—ઘાનાં કપડાંની કઈ ખાજી જખમપર મેળવી ?

જ.—સફાઈદાર સપાટીવાલી.

